

بنت النيل



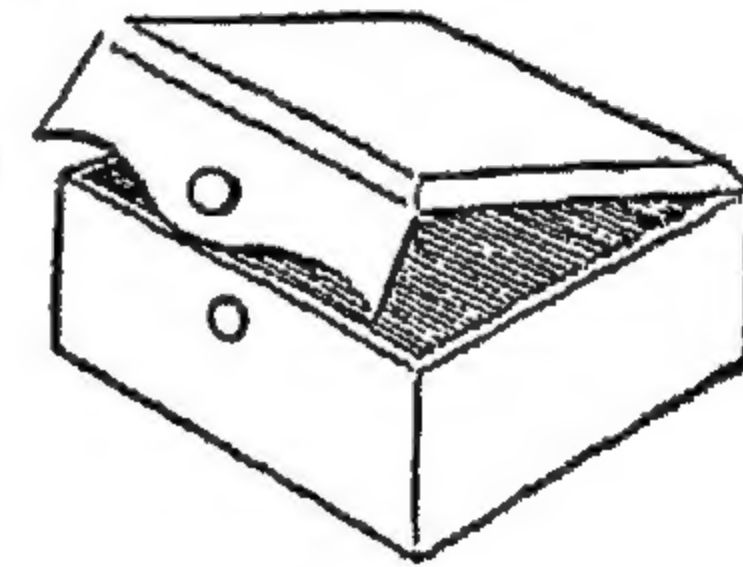
عند فؤاد خير المختار
١٩٤٩

اليزابيث اوردن



مستحضرات أساسية للتجميل

ننظف البشرة .. ننعشها ونطهرها



- ◆ نظفي بشرتك بكريم «أردينا» اذا كانت طبيعية أو جافة ، وبكريم «فلافي كليينسنج كريم» اذا كانت دهنية
- ◆ وانعشيها بسائل «سكين لوشيان» اذا كانت طبيعية أو بسائل «سبشيل أسترنجانت» اذا كانت دهنية
- ◆ ثم طريها بكريم «أردينا فلفا» اذا كانت طبيعية أو «أورانج سكين كريم» اذا كانت جافة أو بكريم «برفكشيان» اذا كانت تملوها التجاعيد

وهناك أسرار فنية تزيد جمالك وقعا وتأثيرا يسر (مس كيسي) الخبرة الاختصاصية لمعامل اليزابيث اوردن أن ترشدك اليها مجاناً اذا تكرمت بزيارتها أو بالكتابة اليها لدى الوكلاء بمصر
٣٣٧ عمارة ايموبيليا شارع شريف باشا بالقاهرة تليفون ٤٧٧٩١
سماوي وشركاه



فتر الخطير

قرر اتحاد بنت النيل ان يأخذ على عاتقه محو الامية التي تسود جبين مصر وتؤرق حياة المصريين ، اتخذ الاتحاد هذا القرار غير هيب ولا وجل بالرغم من ان الدولة كافحت خمسا وعشرين سنة في سبيل القضاء على هذا العار فعجزت أو قل نالت قسطا ضئيلا من التوفيق ، وذلك لان النية الخالصة للقضاء على هذه الآفة لم تتوفر لحكومة من الحكومات

وقد يبدو حكيمى على ما صنعتته الدولة وحكوماتها المتعاقبة قاسيا بعض الشيء ولكنه الحق الذى لا مراء فيه ، والا فكيف نفسر قدرة الاتراك على الفراغ من قصة الامية في شهور وعجزنا نحن عن ذلك في ربع قرن ؟ ونحن والحمد لله لسنا أقل ذكاء او فطنة من الترك وان كان بعض الناس يضعنا على رأس شعوب الشرق الادنى نضجا ومواهب واستعدادا للحياة ؟!

فالقرار الذى اتخذه اتحاد بنت النيل قرار خطير ما نشك لحظة في خطورته ولن نخشى تشييط الهمم ، فقد عزمنا على ان نكافح الامية للجنسين معا ، ولن نقصر كفاحنا على الاميات وحدهن ، فنحن نعرف أن تعليم البنت دون الولد جناية تشبه الجناية التى يدعو لها خصومنا فيطلبون قصر كل خير على الذكور ، ولو ان البنت المصرية فى حاجة الى جهد كبير للقضاء على اميتها فنسبة الاميات أكثر من نسبة الاميين فى مصر ، بفعل دعاة السوء خصوم المرأة الذين أخروا حقها فى التعليم قرونا متصلة وقصروا قشوره على الذكور وحدهم ...

ولم يقصد اتحاد بنت النيل فى قضائه على الامية وعزمه الاكيد على تحقيق هذا الهدف الا ان يبطل حجة المحتجين علينا بانه ينبغى ان تتعلم المرأة قبل ان تفكر فى حقوقها السياسية ، فاذا علمناها - وهذا قريب ان شاء الله - فلن تكون لرجل حجة فى ان تنال حقها فى الوجود والحياة ، واخشى ان يتم تعليمها فى سنة أو شهور والقوم مختلفون أنساوى المرأة بالرجل ونضعها فى المجتمع الى جواره لها ما له وعليها ما عليه ، أم نحول بينها وبين جميع الحقوق التى يتمتع بها النساء فى العالم المتحضر ؟؟

وكذلك سوف يكون من أغراضنا القضاء على أمية الرجال حتى يفهم الرجل ما له وما عليه ويهضم النظم الجديدة ويتشرب روح الحضارة الحديثة التى تفرض المرأة عليه اختلا له تزامله سراء الحياة وضراءها ، فان الجهل وحده هو الذى يعاون خصومنا عند الجهلاء ، فاذا قضينا على جهلهم انصفنا انفسنا منهم وانصفنا مصر معنا ، بل قل بوأنا مصر المكان اللائق بها بين الامم والشعوب

ان الامية قضية القضايا فى مصر ، وعلى حربها والانتصار عليها يتوقف القضاء على كل خبيث ينخر فى حياتنا السياسية والاقتصادية والاجتماعية ، وقد عجز الرجال عن أداء واجبهم فافسحوا الطريق للنساء يؤدين أشرف واجب وأعز رجاء .

د. محمد حسن

خواطر تعبنا

للكتور البراهيم عبيد

ولا أخفى انى ذلك التعبان
.. وكل متعب يحاول
الراحة والاستجمام ينصرف
تفكيره الى أشياء تبدو غريبة
ويخشى فيها السؤال حتى
لا يتهم بالبله أو الغفلة أو
تثار به الظنون على أى حال!
وقد ملكتنى الجرأة فأبيت
أن أسأل فيما بدا لي صاحباً
أو صديقاً وعزمت أن أطرح
كل ما عن لي على صفحات
مجلتنا الغراء ، وليكن ما
يكون حكم القراء ! ..

فى قطارات السكة الحديد
والترام والأتوبيس يكلف
الطفل تذكرة كاملة اذا جاوز
طوله كذا من الاشبار ويعفى
الطفل البدين الغليظ
المزاحم للمكان اذا قل طوله
عن القدر المعلوم ، ويبدو ان
العكس كان واجباً أن يتبع ،
لان (موتور) الترام أو
القطار لا يتأثر عادة الا
بالاوزان ، ولا يصيب
الراكب ضيق من طولى ولكنه
يتقل على النار اذا زحمته
بالشحم واللحم والجسم
البدين .. وهذه القاعدة ،
قاعدة الطول فى الحكم على
تذاكر الركاب معمول بها فى
الدنيا كلها ، وأخشى أن أتهم
الدنيا بالغفلة حتى لا تثار
بى الظنون ! ..

وقد تذكرت مرة أن أهلى
- وأنا طفل - استقبلوا
ضيفاً رث الثياب بترحاب
فاق الخيال فذبخوا له ديكاً
رومياً ونزل فى أجمل حجرات
البيت ، وتساءلت فى براءة
الصغار عن مكان الرجل بين
الناس فقد خشيت أن يكون
ولياً من أولياء الله الصالحين ،
ولكنهم أنبأونى انه ضيف ،
واقراء الضيف مهما يكن قدره
واجب محتوم على كرام
الناس ! ودهشت اذ لقيتهم
يستقبلون ابنه بعد ربع قرن
فيصيب منهم فتجاناً من

أميون الا فى النادر ، وفى
جهالة تشقى بها البيوت
وتشقى بها الاخلاق ، فلا هم
عارفون واجباتهم ولا هم على
علم بحقوقهم المهذرة منذ
العصور الوسطى وأيام
النجاسة والعبيد ، ولو قدر
لهم التعليم لارتفع مستوى
البيت وشفى من (مصائب)
الخدم وخاصة الخدمات !!
وفكرت فى مستشفيات
الحكومة كيف يسمونها
مشافى للابدان ؟ ولا أريد
أن أردد شكواى الجماهير
فى اهمال المسؤولين والتهاون
فى العلاج ، وانما يهز نفسى
أن أتخيل مريضاً يقوم
على خدمته فحل ذو شوارب
وذقن لا تحلق الا فى الموالد
والاعيان بينما الكلاب تدل
فى البيوت على حجر من

القهوة وينصرف بعد دقائق
معدودات ، ووازنت بين كرم
الامس واليوم ، وتخيلت
القضاء على هذه البقية
الباقية من الكرم - أى فنجان
القهوة - اذا مضى القدر بنا
ربع قرن آخر من الزمن !
وانصرف تفكيرى الى
التعليم وكيف أصبح لكل
مهنة مدرسة مهما يضؤل عدد
طلابها الا مدرسة الخدم
والخدمات ، مع ان عددهم
يتجاوز مائة ألف كما يقول
أهل الاحصاء ، وهم جميعاً

الباقى من الخصال

عمار البيوت وسعادة الاسرة أجمل ما فى هذه
الحياة التى نسعى فيها وكل ماعدا هذا يعتبر وهماً
لا قيمة له فى الدارين معا اذا آمننا بدنيانا وآخرتنا
فلنحذر دعاة السوء وأهل النميمة ولننقل آذاننا
دونهم فهم الثعابين تسعى لفض الشركة والقضاء على
اللفة ، فتصور للزوجة العاقلة المتزنة جمال الحياة
فى هذا البهرج وتلك الزينة ، وتدفعها الى التقليد
دون اعتبار لعرف أو تقليد ، حتى اذا اهتزت الزوجة
أو وهنت قواها عادوا الى الزوج فأشعلوا نار قلبه
وقد يخف عقله فيقضى على شركته دون علاج وينهار
البيت قوى الاساس شديد المراس ثابت القواعد ،
ويصبح الصغار فاذا هم حيارى بين الام والاب ،
لاتحكم فيهم أمومة أو أبوة وانما تقرر مصائرهم
محاكم الشرع هنا وهناك .

وانظرى معنا ماذا يقول الاب فى أهمهم وماذا
تحدثهم الام فى أبيهم ، ان الاب والام كلاهما سىء
الخلق قبيح السيرة فظ القلب جامد الاحساس ،
هكذا يخرج الصغار وليس فى عقولهم الا آثار المعركة
بين الابوين مخلوطى الذهن والنفس ، اللذين استمعا
الى دعاة السوء والفتنة ، وراحا الى المحاكم وماتنطوى
عليه المحاكم من بلاء ، ونسيا أن الظالم فيهما سيعرى
فيها من ثيابه وان المظلوم ستمزق عليه تلك الثياب !!
فلنختلف ماشاء لنا الخلاف ، فان زوجين فى الدنيا
لم يعيشا قط دون «نقار» أو شقاق ، ولنحذر فى
خصومنا هذه الاتهامات الخطيرة والالفاظ النابية ،
فقد تعود المياه الى مجاريها ويلتئم الشمل بعد ان
غسلنا ثيابنا فى المحاكم أو بين الاهل والاصدقاء ،

الخير وفى يدين ينعم بهما
السعيد ويرق لهما المارد
الجبار ، ولن أسبيخ لبلد
متحضر حرمان المريض من
خدمة النساء وتركها بين
أيدى أقوى وأعنف من أيدى
الجنود والخبراء ..

وجرنى الفكر فيما يصاب
به الانسان فى مستشفيات
الدولة الى أولئك الفتيات
اللائى التحقن أو يلتحقن
بكلية الطب البيطرى ، وعلى
قدر علمى لا تبحث هذه
الكلية الا فيما يختص
بالحيوان ، وعلاج الحيوان
مشكلة للرجل القوى القادر
فكيف تحتملها الايدى البضة
وتقوى عليها الاجسام الدقيقة
الرقيقة الا أن يكون وضع
الاشياء فى غير موضعها من
قواعد الحياة فى مصر ..

وقد ترى معى أو لعلك
تفكر أحياناً كما أفكر فى
تلك الفتاة التى حرمت كل
الوان الجمال فهى قميئة
مترهلة لاتسر الناظرين
فنقبل تدللها وتجنيتها على
من يقبل للزواج منها وأن
لم نحمد سيرتها فى هذا
العوج ، ذلك لانها مثرية
كثيرة المال والجاه ، ولا شك
أن كثيرين من طلابها نظروا
اليها من خلال قروشها
وأحياناً يرى بعض الناس
السعادة فى القروش ، ولكن
الشىء البغيض الى النفس
الشىء الذى يثير أهدأ
الاعصاب وأثبتها أن ترى
تلك القبيحة الدميعة خلوا
من المال والجاه يأتيتها
الخاطبون القادرون فتعيب
طولهم أو عرضهم ، وتأخذ
عليهم شيباً خفيفاً وخط
رءوسهم أو تقيسهم الى نجوم
السينما فى أمريكا ثم ترفض
الزواج !!

يبدو حقاً انها خواطر
تعبان فكيف فتاة تقرأ هذا
الكلام ولا ترمينى بالبله
والجنون ؟ وأحسب أن
خواطرى جديرة بالنظر فما
أكثر ما أرى بين الناس من
البله والمجانين !

بسر لها في استياخ نصيب

كنت في الثانية عشرة من عمري ، حينما سألت جدي لوالدي رحمه الله :
- انت حضرت حرب عرابي يا جدي ؟
وهز الشيخ رأسه في تودة وسرح ببصره قليلا وهو يفرط حبات المسبحة بين أصابعه ، ثم قال
- أجل يا بني ، لقد شهدت موقعة الاسكندرية ؟

في صبيحة يوم ١١ يولية سنة ١٨٨٢ ، ضرب الاسطول الانجليزى بمدافعه الضخمة مدينة الاسكندرية .
وكان من تقاليد الجندية المصرية ، ألا يردوا على أى عدوان الا بعد الطلقة العاشرة وهكذا ظل جنود الجيش المصرى البواسل واقفين خلف مدافعهم العتيقة وحصونهم المتداعية كالاسد المتحفزة وقد لطح الغبار وجوههم السمراء والتمعت قطرات العرق على جباههم وتطاير الشرر من عيونهم وكانت قذائف الاسطول محكمة التصويب قوية الاثر أحدثت تلفا بليغا

وانتهت الطلقة العاشرة ، فأصدر القائد أمره الى طوابى الاسكندرية بضرب المهاجمين ورد عدوانهم الوضيع وانطلقت القذائف المصرية تزار فى الفضاء ، ولكن أكثرها - رغم دقة التصويب - كان ينفجر فى منتصف الطريق

واشتد ضرب الاسطول ، ولم يكن فى هذه المرة موجهها الى الحصون والمنشآت العسكرية التى ادعوا كذبا أن عرابي كان يرممها ويجلب اليها المؤن والعتاد ، بل تساقطت أكثر القنابل على الدور والاحياء الوطنية

وجرحاهم ولم يعودوا يذكرون شيئا سوى أن العدو الظالم يريد أن يغتصب ينتهم . . .

أما النساء . . نساء الابر كندرية الباسلات ، فقد رحن بجلبن الماء للجنود ويحملن القذائف الى المدافع ويضمنن جراح المصابين ! ورويدا رويدا ، بدأت الحصون تنه والمدافع تكل وقذائفها تقل ، حتى صمتت فى النهاية بعد نشر ساعات من الكفاح الرهيب . .

ولكن مدافع الاسطول استمرت فى قصفها ، حتى صارت الاسكندرية شعلة من النار والدمار . ونزل الجنود من السفن الى الشاطئ ، وقد ظنوا ان المدينة صارت لهم لقمة سائغة . . .

ولكنهم ذهلوا وجمدوا فى اماكنهم ، حين استقبلهم أهل الاسكندرية بمقاومة شديدة حاربوهم فيها بكل شيء وصلت اليه أيديهم من بنادق الى خناجر الى عصي . . وحتى الحجارة كانت تلقى عليهم

فاشتعلت الحرائق فى كل مكان ، وخرج الناس الى الشوارع يحملون ما استطاعوا حمله من متاعهم . ولكنهم أبدا لم يكونوا مذعورين أو هلعين ، وإنما كانت الثورة تعصف بنفوسهم والحنق يأكل صدورهم !
ومرت امرأة تدعى (سنية العجوز) فراغا حال الاهالى فوقفت على أنقاض بيت هدمته القنابل وصرخت بأعلى صوتها :
- يانساء الاسكندرية ، ويارجالها الابطال عار عليكم يا أبناء مصر البواسل ، ان تشهدوا خراب مدينتكم الجميلة وتقفوا هكذا كالاصنام ! . .

وأخذت القوم موجة طاغية من الحماسة ، فانطلقوا أفواجا الى الحصون والقلاع ، وشمر الرجال عن سواعدهم وبدأوا يجلبون أكياس الرمل ليضعوها فى الأماكن المستهدفة أكثر من غيرها لنيران العدو ، وقد نسبوا متاعهم وديارهم

اشراكات بن النيل

٥٠ قرشا فى السنة

تبدأ « بنت النيل » عامها الخامس فى العدد المقبل ، وبهذه المناسبة رأت دار بنت النيل تحية منها لقراءها واحتفالا بالسنة الجديدة تخفيض الاشتراك من ستين قرشا الى خمسين قرشا .

وميزة الاشتراك فى « بنت النيل » لا تخفى على أحد فان الدار تقدم للقراء عديدين ممتازين يباعان بضعف الثمن ولكنهما يوزعان ضمن الاشتراك دون زيادة فيه ، كما ستتحف الدار مشتركيها بين آن وآخر بهدايا لا ينالها الا مشترك أو مشتركة . .

والله نرجو أن يوفقنا فى خدمة قرائنا ومشتركيها ويهبنا من القوة ما يحقق رسالتنا الصحفية النزيهة

من النوافذ كالامطار . . .
وبدأت المذبحة الرهيبة !
وكانت (سنية العجوز) تلك المرأة العجيبة . بقامتها المديدة ووجهها الاسمر الجامد تنتقل كالشيطان وقد حملت فى يمينها سكيناً طويلاً من النوع الذى يستعمل فى ذبح الخراف والبهايم - فقد كان زوجها قصاباً بالمدينة - تنطلق به بين الرجال صارخة فيهم تحثهم على الجلد والثبات والدود عن مدينتهم ، وتهتف بالنساء ليشدن أزر رجالهن وأبنائهن وأخواتهن . وتنبه اثنان من جنود العدو فصبوا رصاصتين الى ظهرها . . .

ولكن المرأة العجيبة لم تسقط ، بل تلفتت خلفها فى سرعة ، ورمت الجنديين بنظرة ازدراء وقد تطاير الشرر من عينيها لالسوداوين ، ثم هجمت عليهما كاللبؤة الجريحة وانهالت عليهما طعنا بسكينها . . حتى سكنت جثتهما تحت قدميها واذا ذاك . . واذا ذاك فقط زفرت المرأة الباسلة آخر أنفاسها وسقطت على الارض وقد علت شفيتها ابتسامة راضية ! . .

وصمت جدي رحمه الله وربت على كتفى فى حنان قبل أن يستطرد مبتسما :
- طبعا انت قرأت الباقي فى كتاب التاريخ . .

ولكنهم لم يذكروا لنا شيئا عن تلك القصة ؟
وهز رأسه كالعالم وقال بعضها :
- ذلك لان مؤرخى التاريخ

يا بني ، لا يحملون أنفسهم مشقة البحث والاستقصاء ، وإنما يكتفون من الحوادث بقشورها ويتركون لبابها ، أى انهم يسردون عليكم المظهر . .

أما الجوهر فترويه الاجيال للاجيال !!

أهذرى التبذير يا سيدى

التبذير علة اجتماعية خطيرة ، وداء وبيل نراه متفشيا في أكثر بيوتنا ، بل في كل ناحية من نواحي حياتنا ، وهو سىء في كل أحواله ، وعاقبته تنذر بالآخطار وتهدد بالخراب ولذلك فنحن في حاجة ماسة إلى أن نتعلم التبذير المالى بلا تقتير وبلا تبذير ونعرف طرق الانفاق الصحيحة التى تعود بالنفع على البيت والاولاد

ويؤسفنا أن نقول ان التبذير أصبح صفة ملازمة لبعض السيدات والزوجات ، يحملهن على ذلك حب المظاهر والمباهاة ، أو الجرى وراء الشهرة والبصيت ، غير مقدرات المتاعب المادية التى تقلق بال الأزواج فهناك زوجات يدفعهن الزهو الى الاسراف فى اقتناء الجواهر والمصوغات بما يرهق ميزانية البيت ويؤدى الى الحرمان فى نواح ضرورية وهذا الاسراف يدل على خيال ممجوج وتقليد أعمى بالعادات لان هذه المجوهرات التى تسرف فى اقتنائها . بعض سيداتنا قلما تعرفها سيدة مهذبة فى الامم الاوربية الا اذا كانت على درجة كبيرة من الثراء .

وكثير من أموالنا مجمد فى هذه المصوغات والمجوهرات ولو انها بيعت ودخلت أثمانها فى الحركة المالية لاحتدت نشاطا اقتصاديا عظيما فى صناعتنا وتجارتنا . ومن أمثلة التبذير عندنا أيضا المبالغة فى تكديس البيت بالاثاث الذى لا ينتفع به أو شراء الاقمشة التى تستعمل للمفروشات من الحرير الخالص على أن هذا الاثاث الكثير المكس يحتاج الى مسكن كبير رطب وهو أمر غير ميسور فى هذه

الظروف التى ضج الجميع فيها من اشتداد أزمة المساكن وتكديسه فى منزل ضيق فى هذه الحالة يجعل منظره مؤذيا يبعث على الضحك ويدعو الى السخرية فى الوقت نفسه !

والتبذير فى طعامنا احدى النواحي التى نعانيها فى البيوت أيضا ، فان بعض الزوجات يجهلن الاساليب الحسنة للتغذية ، فيحلو لهن أن ينفقن الكثير على الاطعمة الغالية اعتقادا منهن بأن غلاءها دليل على عظم فوائدها . فهن يملأن بطون الاطفال باللحم ، ويشبعنهم بالدسم الثقيل من الطعام ويكثرن من صنع الكعك والفطائر ، بل ان هناك زوجات يطبخن فى الصباح ثم يعدن فيطبخن فى المساء ، وهذا اسراف مذموم يدل على جهل فاضح بالاغذية وقيمتها فضلا عن الأضرار التى تلحق بالاطفال . واصابة السيدات بالتخمة التى يجارن بالشكوى منها .

وهذه سيدة تبالغ فى الضيافة التى تدخل فى عداد الزهو ، وتعالى فى اعداد المائدة وتسرف فى الاكثار من ألوان الطعام وأصناف المأكولات فتشتري منها ما يكفى ثمنه لتزويد أسرة متوسطة بالطعام فى أسبوع وثمة تبذير آخر تقع فيه بعض الامهات هو منح الاولاد الكثير من النقود ليشتروا ما شاءوا سواء كان نافعا أم ضارا وفى الغالب تصرف هذه النقود فى وجوه لا تعود على هؤلاء الاولاد بأية منفعة فينشئون مدللين مجبولين على حب المال وعلى الرغبة المتعطشة فى استهلاكه ، وهذا بلا شك ضرر بالغ بأخلاقهم ومستقبلهم .

اذا كنا قد عرضنا لبعض نواحي التبذير عند سيداتنا فان هذا لا يمنعنا من أن نخص بعض الأزواج أيضا باللذع فبعضهم لا يبالي غشيان المقاهى أو الحانات بل هو يسرف فى التردد عليهما ، وينفق فيهما ما كان يجب أن يخصص به البيت لطعام أو لباس ، وآخرون تملكهم عادة التدخين فيحرقون فيها نقودهم وكان أولى بها أن تنفق على أبنائهم فى مصروفات مدرسية أو ما شابه ذلك ، اننا كثيرا ما نرى أشخاصا من ذوى الدخل المتوسط ومع ذلك يشقون طريقهم فى الحياة من غير عنت أو أرهاق

ويصلون بأولادهم الى نهاية مراحل التعليم ، ويعيشون فى بيوتهم عيشة سعيدة هائلة ، والسبب فى ذلك بسيط جدا هو ان الزوج رجل معتدل يزن الامور بميزان دقيق ، والزوجة مدبرة تميز بين الضرورى والكمالى ، وتفرق بين المفيد والنافع ، وتدبر المال بحكمة وفطنة ، فلا تبثر مالها ، ولا تشتري الحاجيات جزافا فاستطاع الزوجان بذلك أن يبنيا بيتهما ويربيا أولادهما ويجعلا السعادة مرفقة على حياتهما .

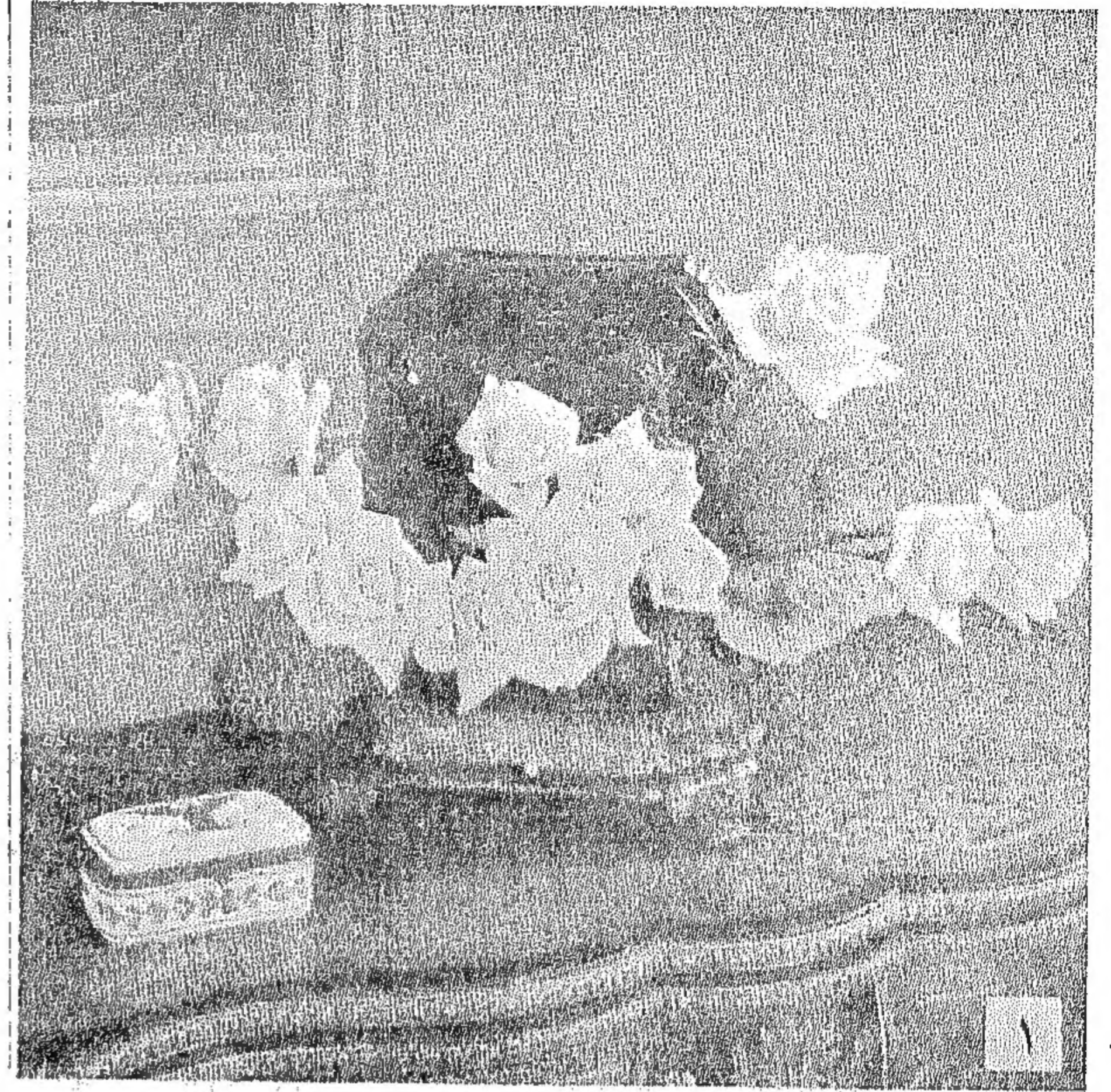
سيد حسن درويش

من آداب الدين والدنيا

ان من أسباب الراحة والسعادة أن تأخذ ما لك وتعطى ما عليك وأن فى التعرف على الاحاديث النبوية الشريفة خير دليل لك على الاصلح فى الاتباع وخير عبرة فى الماضى وأكثر عبرة اليوم وغدا .

لم يحرم الله الخروج فى ميدان الحياة على الرجل والمرأة وأباح للمرأة مغادرة منزلها عند اللزوم ولقضاء حاجة الانسان . وفى قول أصدق القائلين رسول الله صلى الله عليه وسلم خير عدل وحرية فى الحديث الكريم (انه قد أذن لكن أن تخرجن لحاجتكن) ، لا شك ولا خلاف فى أن من حق المرأة أن تخرج لقضاء أمورها . للرجل والمرأة أن يخرجوا للحياة ، الرجل عليه واجب الكفاح تكليفا والزما ، والمرأة لا يستغنى عنها المنزل ولا غنى لها عن الخروج لتستكمل كل ما تحتاج اليه مملكتها من شئون اجتماعية وثقافية واقتصادية ، فان من حق المرأة أن تتولى القيام بكل ما يحيط بها من سعادة . ان لها أن تخرج من منزلها كالرجل ما داما قد استأذنا من بعضهما للاطمئنان وضمان الامن والسلام فى جو الحياة الزوجية . ان من حق كل سيدة أن تخرج ما دامت تنفذ القواعد اللازمة فى المعاملة وما دامت الثقة متبادلة وما دامت فى حاجة للخروج لزيارة الاهل والاصدقاء والاماكن الدينية والتجارية وكل ما تمس اليه الحاجة . يجب أن يتأكد الجميع ان من حق المرأة أن ترعى بيتها وأن ترعى طلباتها . يجب أن تخرج لتؤدى ما عليها من واجبات نحو نفسها وغيرها ووطنها ويكفى أن يكون الضمير الحى رقيبا فى سبيل الاعمال المجيدة .

بدرشاه الحديدي



جمال الزهور في أوانها

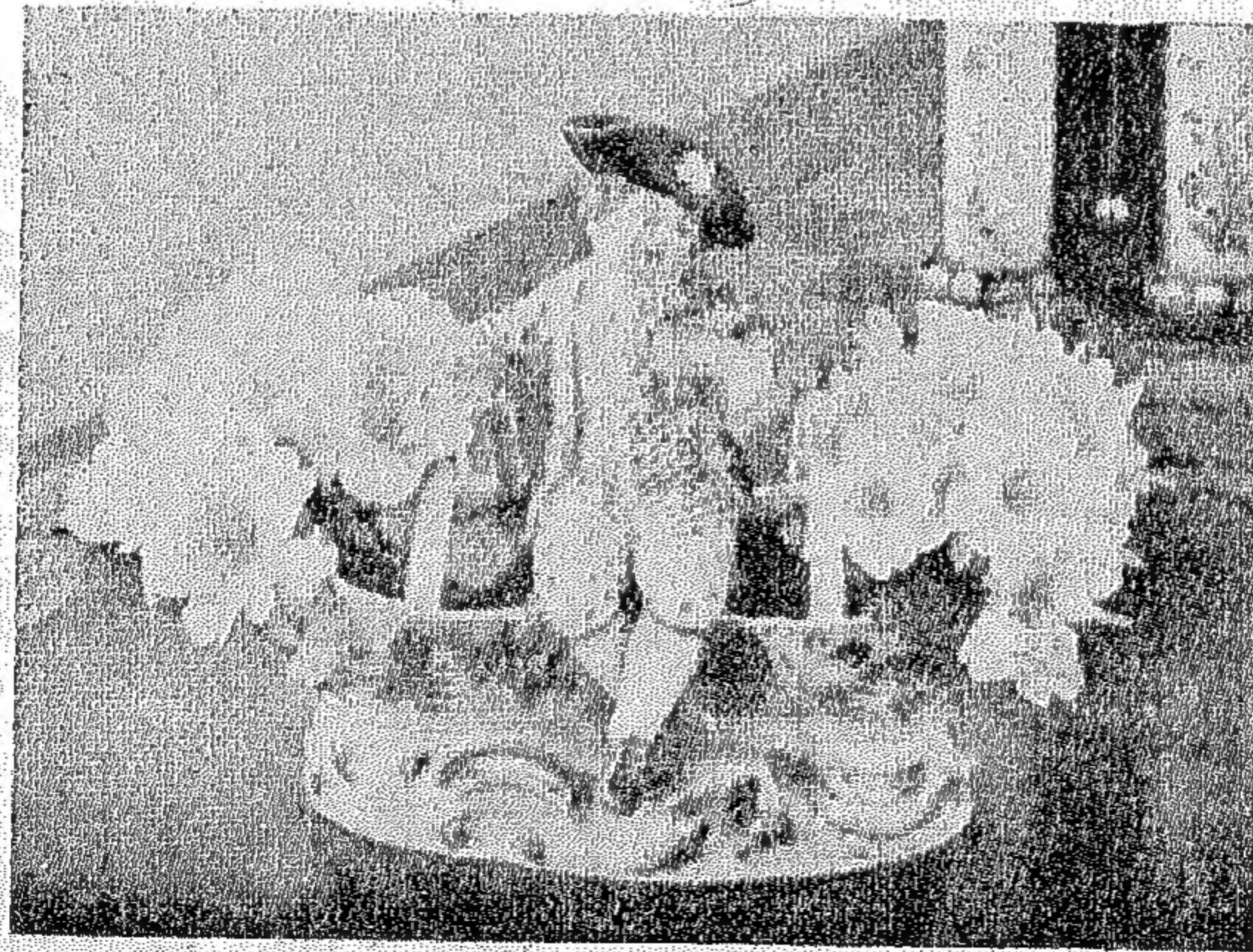
تنسيق الزهور فن اذا
امتلكت ناصيته سيدة فانها
تكون دائما أبدا مرموقة من
الرجال بالاعجاب ومن
مثيلاتها من بنات حواء
بالحسد والغيرة وليس جمال
الزهور مقصورا على شكلها
الجميل فقط بل ان جمالها
يزداد ويظهر روائه اذا
نسقت تنسيقا فنيا
ووضعت في آنية تكسبها
منظرا جذابا

وأظن انك تعلمين ان المنزل
الذي خلا من (فاز) تتدلى منه
الورود والرياحين كالبيت
الذي خلا من الاطفال فلروح
ولاجمال ، وقد قيل أن أحد
الادباء الهنود كان يسأل حين
يدعى الى مأدبة من المآدب
هل في البيت أولاد ؟
فاذا كان الجواب بالنفي ،
سأل هل في البيت صديقة؟
فاذا كان الرد بالايجاب قبل
الدعوة فورا ، ويعنون بذلك
المثل ان البهجة التي
يضيفها الزهر على
البيت تشبه من
قريب تلك البهجة

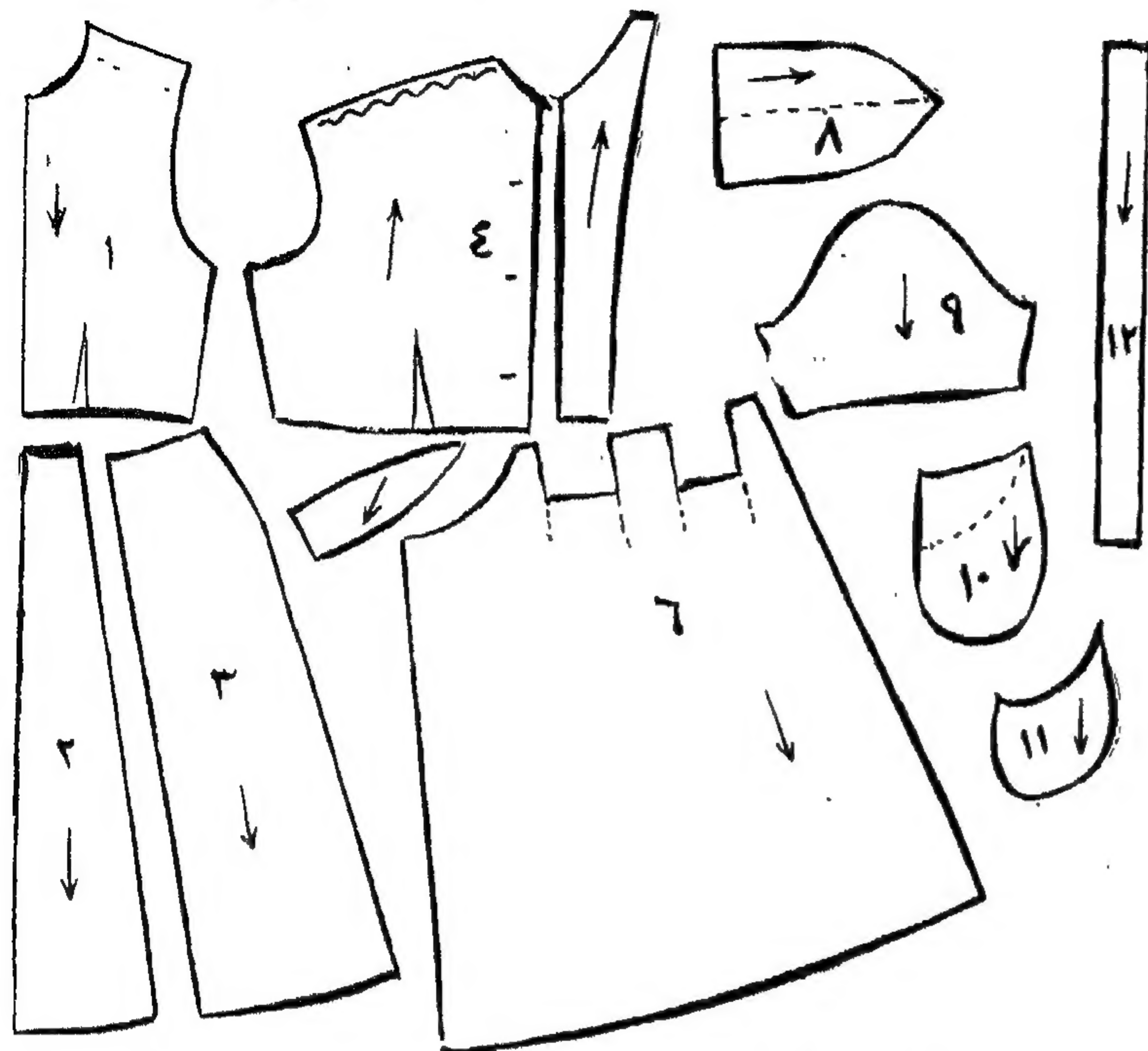
التي يضيفها وجود الاولاد؟
وكلما عني الانسان
بتنسيق زهوره وأعد لها
الاواني المناسبة زاد بيته
بهجة ورواء وأضفى على حياته
لونا من حساسيته الفنية
قلما تجدها فيمن خلا بيته
من الزهور، وفي ذلك يروون
أن غاندى كان لا يستنكف
أن يقضى النهار كله غازلا
والى جواره معزة وكان سعيها
لان حجرته كانت عامرة
بأواني الزهور الجميلة ،
ويمكنك يا سيدتى ان
تنسقى الازهار بوضعها في

آية آنية من الاواني وتضفى
من حسناتها عليها الجمال
المطلوب
والى جانب هذا الكلام
أربع صور لاوان وضعت
فيها زهور فكان للدوكل أثر
طيب على ابرازها متعة
للناظرين
ففى الصورة الاولى نرى
ورودا وضعت في علبة من
السير في «اهمال» بديع !
وفى الصورة الثانية نرى
اصيصا للزهور معلقا على
الحائط وقد تدلت منه
الزهور وفروعها وفى الصورة
الثالثة سلة للحصى من
السير نسقت فيها الزهور
على نمط فريد اكسبها
جمالا فوق جمالها أما الصورة
الرابعة والاخيرة فهى لكأس
ملء بانواع مختلفة من
الزهور

فابحثى يا سيدتى عن
أوان قد تصلح لمثل هذا
الغرض وحاولى وجددى في
كيفية تنسيق منزلك تفوزى
باعجاب زوجك وغيرة بنات
جنسك .



بنت النيل فتحة باترونات حنين



- قطع الباترون**
- ١ - الظهر
 - ٢ - منتصف جونلة الظهر
 - ٣ - جنب جونلة الظهر
 - ٤ - الصدر
 - ٥ - بطانة الرفير
 - ٦ - صدر جونلة
 - ٧ - رفير الجيب بالورب
 - ٨ - الياقة
 - ٩ - الكم
 - ١٠ - بقية صدر جونلة مع تحت الجيب
 - ١١ - بطانة الجيب العليا
 - ١٢ - الحزام



كيفية استعماله

قبل استعمال هذا الباترون يستحسن كي القماش بخرقة مبلولة حتى يشرب القماش وذلك منعا من انكماش الفستان بعد الغسيل .

ابتدئي بقياس الباترون عليك للتأكد من انطباقه على مقاسك وعلى الفكرة التي تطلبينها من الموديل فاذا احتجت الى أى تعديل فى الارنيك اتبعي التعليمات المطبوعة خلفه :
افردى القماش فردا جيدا وضعى أجزاء الباترون مع ملاحظة ثلاث نقط مهمة :

أولا : أن تكون كل قطع الباترون موضوعة حسب السهم الذى يدل على نسيج دغرى القماش أى أن تضعى دغرى القماش مع دغرى الباترون .
ثانيا : أن تتركى مسافة للخياط دابر كل قطعة من قطع الباترون كما تتركين ٥ الى ٨ سم للاورليه (ذيل الفستان) بعد تشبيك جميع أجزاء الباترون على القماش وضعى علامات بالطباشير أو بالخيوط (بوان تاير) كما يجب وضع جميع العلامات الموجودة على الاورنيك فوق القماش قبل نزع الباترون .

سرجى البنسات والكسرات والقصات قبل طبق الكتاف والاجناب واعملى بروفة أولى .

صلحي العيوب بالدبايس من جنب واحد ثم صلحي الجنين على بعض . نوصيك باستعمال المكواه بقدر الامكان فى كل مراحل الخياطة حتى تكون الخياطات دائرة نظيفة .

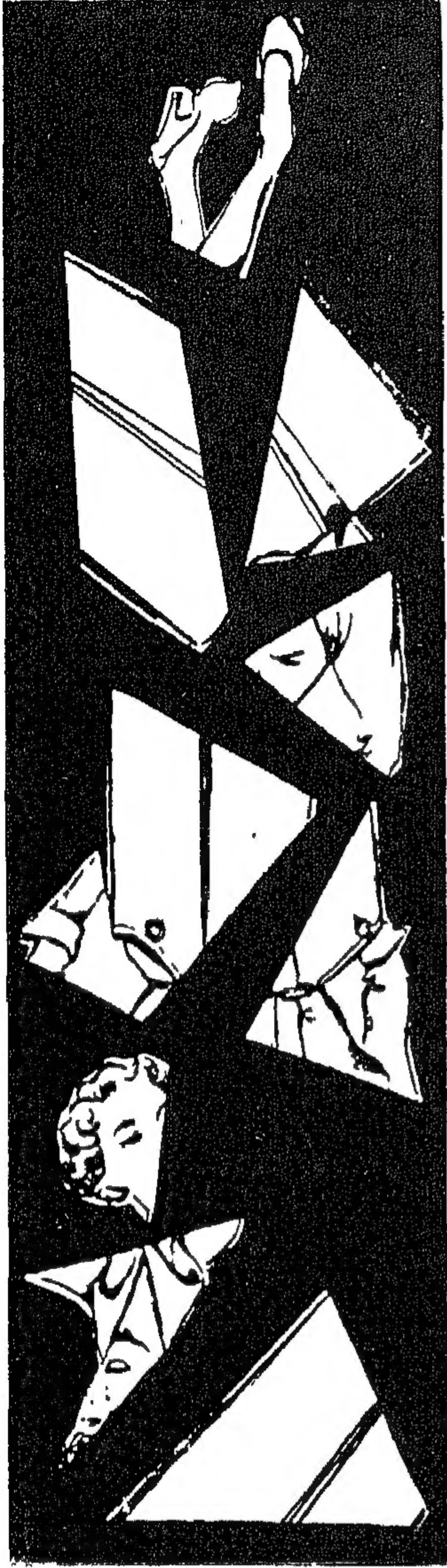


اصنعى روبيدى شامبر :
طولى ذيل
الجونلة ٤٠ سم
وافردى كسرة صدر
الجونيلة واثنيها
وطولى الكم

اصنعى هذه الجونلة البديعة :
على نفس أرنيك
جونلة الفستان
ركبى الحزام مع
عمل فتحة أمامية
داخل الكسرة .

اصنعى هذه البلوزة الجميلة :
وذلك بتطويل
صدر وظهر
الباترون بمقدار
٢٠ سم لادخالها فى
الجونلة .

مسابقة الشهر



تقدم محلات جينو
١١٦ شارع عماد الدين
هذه المسابقة الطريفة :

- قصى هذه القطع ثم
اعيدى تركيبها تركيباً
صحيحاً وأرسلها الى
العنوان المذكور أعلاه
وارفقى بها طابعين فئة
القرش صاغ .

الجائزة الاولى : تفصيل
وسراجة فستان .

الجائزة الثانية والثالثة :
باترون حسب المقاس .

الصححة ضعى عليه الكريم
مع التدليك باليدين . لا تضعى
الاحمر . رشى البودرة على
وجهك مع الربت الخفيف ثم
انزعى الفائض بفرشاة أو
بقطعة من القطن . ضعى
الآن الاحمر على شفتيك .

♦ أما ان كان وجهك
لا تبدو عليه علامات الصححة
ضعى قليلا من الاحمر على خديك
♦ وشعرك ان كان لا يسرح
بسهولة عليك بتفريشه
صباح مساء الى أن يطاوعك
بدون قيد ولا شرط .
وسيفيدك هذا التفريش
باكساب وجهك الصححة لانه
ما هو الا نوع من التدليك
الذي يفيد البشرة عامة .

♦ لا تثقل رموشك بدهان
غامق . استعملى الازرق أو
البنى . ويمكنك الاقتصار
على تلميعها فقط مع الجفنين
♦ دلكى يديك بلوسيون أو
بكريم خاص بعد غسلهما .
لا تنسى دلك يديك
بالجليسرين كل مساء قبل
الذهاب الى الفراش .

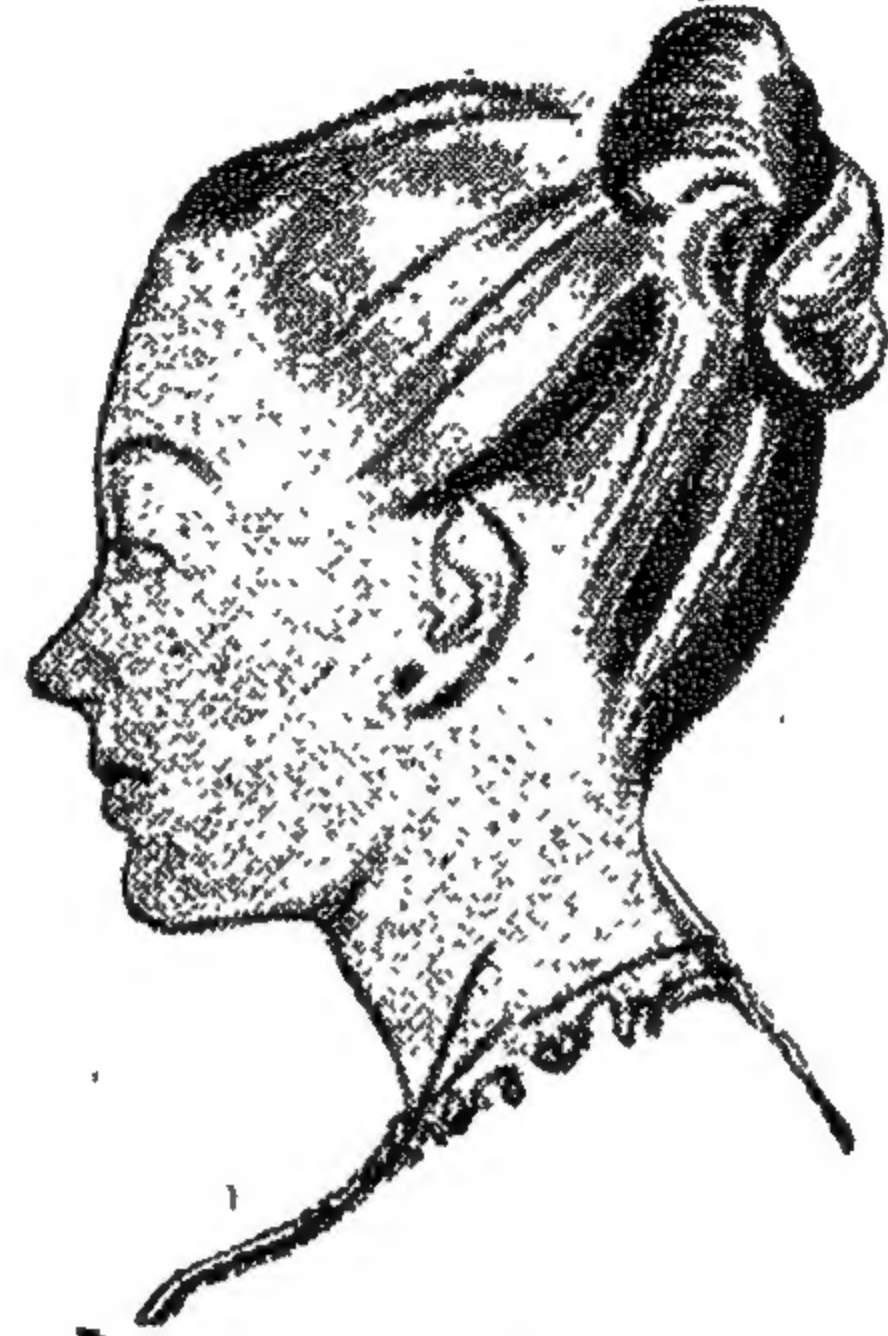
♦ ان كان كوعاك جافين
ادعكهما كل صباح بحجر
الحمام وأنت تقومين بعمل
زينتك . ادعكى أيضاً بنفس
الحجر كعبيك وأصابع يديك
ان كنت قد أفسدتها بأعمال
المطبخ .



♦ لا تبسالى فى تعطير
نفسك . ضعى بضع نقط
خلف الاذن وعند منابت
الشعر وتحت الابطين . وفى
أمريكا يعطرون ذيل الفستان

جمال كل يوم

من الانف متجهة على شكل
مروحة نحو الصدغ . ويكون
التدليك بالزيت أو بكريم
مغذ خاص .



♦ ان كان فى وجهك
نقط سوداء وعلى جانبي أنفك
وعلى خديك ، فلا تنتظري
آخر دقيقة لاستخراجها .
ضعى وجهك فوق بخار ماء
واعصرى هذه النقطة
بأصبعيك بعد تطهيرهما .

♦ انزعى الشعر الزائد
من حاجبيك ولا تنسى أن
تغمسى الملقط فى كحول نقى
قبل استعماله وأن تدهنى
جفنيك بالكريم بعد هذه
العملية . انزعى الشعر من
أسفل حاجبيك لامن أعلاهما
خذى فرشاة خاصة واغمسيها
بالبريانتين لتفرشى بها
حاجبيك ضد اتجاه الشعر
أولا ثم فى اتجاهه ثانياً .
♦ لا تنسى أن تفرشى جذور
شعرك خاصة الجزء المحيط
بالوجه لان البودرة التى
رششتها على وجهك لا بد أن
تكون قد وصلت الى شعرك
استعملى فرشاة بين الناعمة
والخشنة .

♦ استعملى لشفتك أحمر
فاتحاً استخدمي فرشاة
الرسم لتمدد منحناها ثم
اكملى وضع الاحمر بوساطة
القلم نفسه
♦ ان كان يبدو على وجهك

♦ تنظيف الوجه من
المساحيق أهم من عملية دهنه
بها . ويجب لذلك أن يكون
تواليت المساء معمولاً بعناية
كبيرة فتدهن البشرة جيداً
بالكريم الخاص بالتنظيف
متى تكون المسام خالية من
غبار النهار قبل النوم .

♦ يجب على الفتاة ألا تضع
فون دى تان ملونا ولا أحمر
الحدين والا تبالى فى دهن
رموشها وليكن الكريم خفيفاً
وأحمر الشفاه قليلاً .

♦ دلكى ماحول العينين
بقليل من زيت اللوز مع اتباع
خط الحدين ميتدئة من الانف
الى الصدغ . قومي بهذه
العملية كل يوم ان أردت
تفادى الجيوب التى تظهر تحت
العينين .



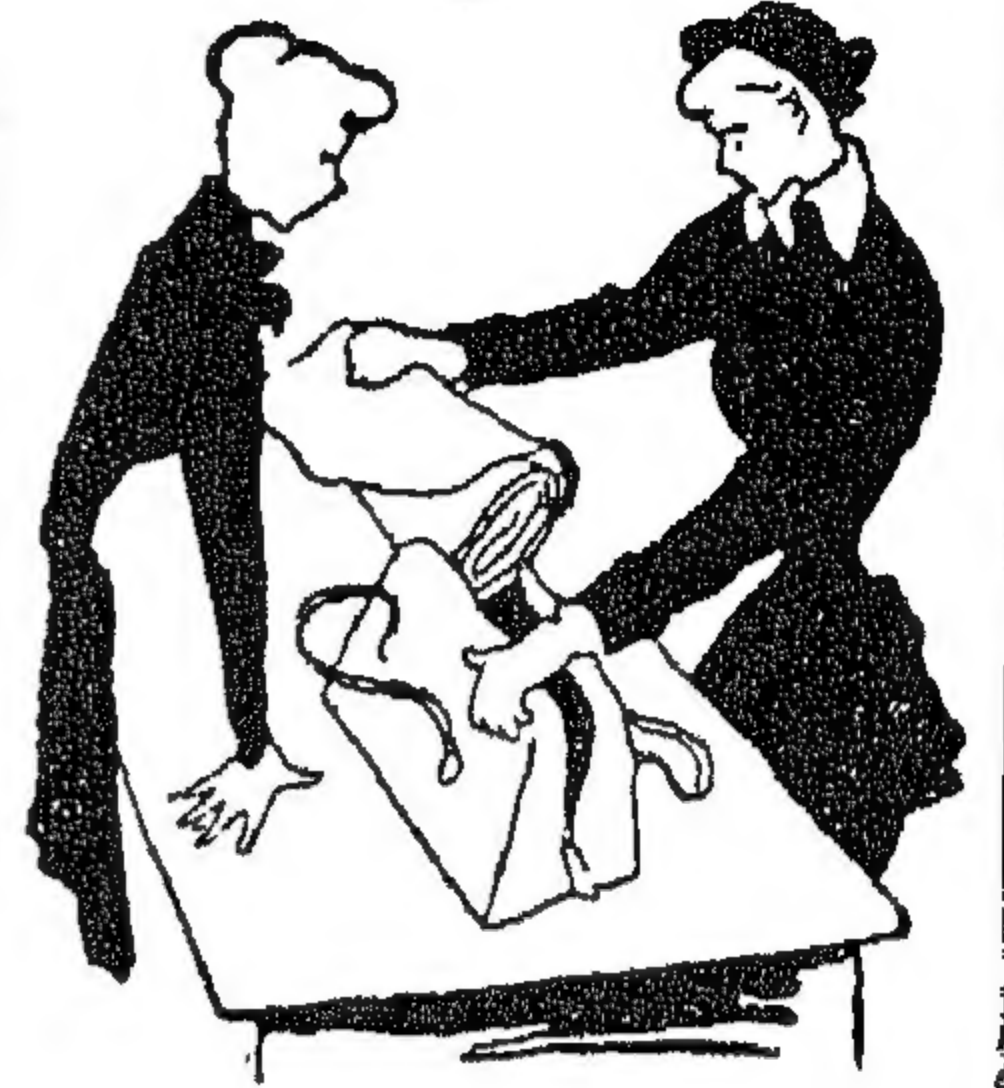
♦ فرشى أسنانك بعناية
وبفرشاة خشنة مغموسة
بمسحوق يدخل فى تركيبه
الاوكسوجين . اغسلى فمك
بمستحضر طبي خاص
بالاسنان أو بقليل من الكحول
الممزوج بالنعناع .

♦ ان كان خط فمك
ظاهراً من الجانبين عليك بأن
تنامى على ظهرك وترفعى
ساقيك الى أعلى لمدة ثلاث
دقائق قبل أن تبدئى فى
عمل زينتك .

♦ قومي بعد ذلك بتدليك
شفتك العليا مارة بالقرب

چونف

يضع قدمائه لخص باترونك وسراجه
ولا يبقى عليك إلا الحياطة



اعمرى البنا بقصائلك
فتنار لك الزوالى ناسيك



ونحن ففهم لك على مقاسك
بالضبط بطريقنا الضرية



ثم نسجه لك سراجة متقنة ونقوم
بقياسك لن يبقى عليك
بعد ذلك إلا الحياطة على السراجة
هرونو: مصر - الإسكندرية

مصر ١١٩ عماد الدين فوق بامكو

هل أنت مرهقة

٧ - هل تشعرين بثورة
في أعصابك مساء؟

٨ - هل لا تنامين بسرعة؟

٩ - هل تعملين ثلاث

ساعات بطولها دون أن
تمنحي نفسك استراحة
قصيرة؟

١٠ - هل تشعرين كثيرا

برغبة في الهرب من العمل؟

فان حصلت على ٩

درجات مما فوق فانت

مرهقة حقا ولكن قد

تصبحين كذلك ان لم تتوخى

الاعتدال .

وان كان ما حصلت عليه

لا يتجاوز الخمس درجات

فانت لا تعرفين الارهاق

ونخشى ان تكونى كسولا

خاملة ...

على الاجابة «بلا» ثم اجمعى

الدرجات التى حصلت عليها

١ - هل تشتغلين بعد

العشاء؟

٢ - هل تقومين الى عملك

بعد الاكل مباشرة؟

٣ - هل تعملين أكثر من

ساعتين يوم الجمعة؟

٤ - هل تذهبين الى

فراشك بعد منتصف الليل؟

٥ - هل تشعرين بصداق

عندما تفرغين من عملك

اليومى؟

٦ - هل تميلين الى

النعاس أثناء النهار؟

يؤثر الارهاق تأثيرا

مباشرا على الصحة . ويتبع

الارهاق عادة الاضطرابات

العصبية وخفقان القلب

وعسر الهضم الذى يسبب

بدوره سوء التغذية . فان

أردت ان تضمنى لنفسك

صحة جيدة عليك بالابتعاد

عن الارهاق بقدر المستطاع .

ونحن ناس من الناس ؟

ونعلم أن الارهاق قد يكون

نتيجة تفكير ملح عميق . .

أنت مثلا فتاة قد امتدت بك

السن وتخشين قالة السوء

وقولهم عانس طال انتظارها

للزواج . . .

وقد تكونين مخطوبة لرجل

لا يهضمه قلبك ولا عقلك ،

وقد فرضته الظروف عليك

فرضا ، وأنت تخافين الاهل

إذا صممت على رفضه

وكرهت عشرته ، وقد تخافين

الظروف والزمن فقد يذهب

ولا يعود اليك غيره

وأنت أم مثقلة بالاطفال

الكثار ، ضايقت وجودهم الى

جوارك فى انتظار مكان خال

لهم وقد ازدحمت بهم أمكنة

المدارس ، ونظم التعليم التى

ابتدعوها تعلم الى حد ثم

تلقي بالاولاد الى الشارع فى

أسوأ الظروف والى البيت

بجانب الامهات فى أحسنها

تحنو عليهم أهمهم وقلبهما

يتمزق من حرمان اولادها حقا

طبعيا يتمتع به كل حى فى

العالم المتحضر .

وقد تكونين ياسيدتى

مرهقة بدون ان تعلمى ذلك .

ان مجموعة الاسئلة التالية

ستساعدك على معرفة ما اذا

كنت مرهقة أم لا . ضعى

لنفسك درجتين على الاجابة

«بنعم» ودرجة واحدة على

الاجابة «باحيانا» وصفرا

لا تستهينى بسى ياسيدتى

ان الاستهانة بشأن من شئون البيت مهما كان
بسيطا فى نظرنا قد يؤدى الى عواقب سيئة . . ومن
واجبك ياسيدتى ألا تستهينى بشأن من شئون بيتك
قد يبدو لك تافها بسيطا ولكنه قد يؤدى الى نتائج
وخيمة تستطيعين درها اذا أنت لم تستهينى بهذه
« التوافه » التى تتمخض فى أحيان كثيرة عن «كباثر»
نشقق على أنفسنا منها . .

ولا ضرب لك مثلا بسيطا لاصور لك أثر الاستهانة
بالتوافه . . فقد تستهينين مثلا بعدم وجود زر بسيط
فى ثوب طفلك . . فهل تقدرين ماعساه يحدث ؟ . . .
ان هذا الزر البسيط الذى استهنت بشأنه ، ولم
تهتمى ياسيدتى بتركيبه فى ثوب الطفل قد يعرضه
لنزلة شعبية ، نتيجة تعرض صدره للبرد . . ولو أنك
لم تستهينى بادىء الامر بهذا الزر لو قيت طفلك ،
وجنبته ما استهدف له من العواقب ! . .

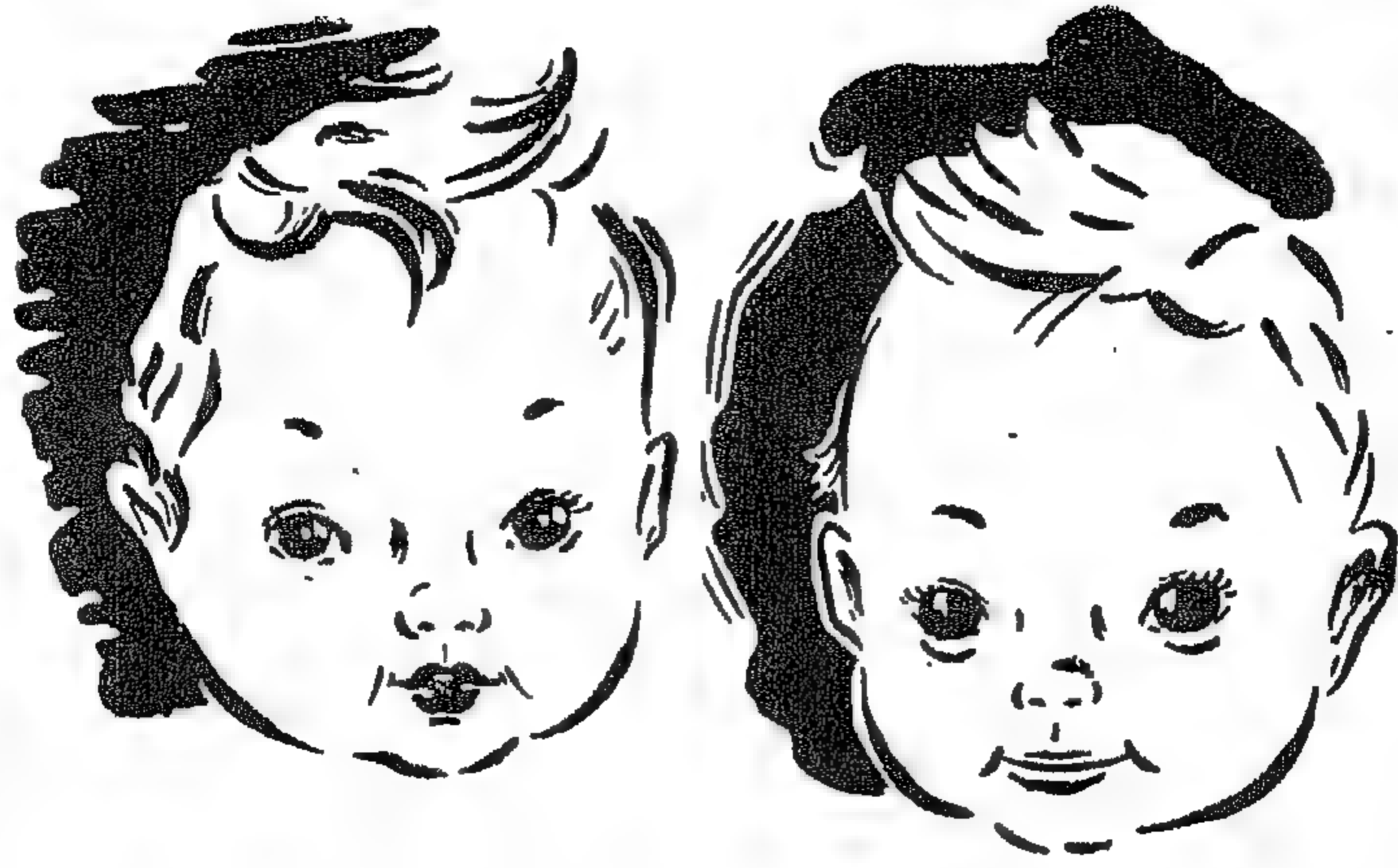
هذا مثل بسيط أسوقه اليك ، والامثال على نمطه
كثيرة .

فحذار ياسيدتى أن تستهينى بشأن من شئون
بيتك . . مهما بدا فى نظرك بسيطا ، لانه - كما
رأيت - قد يتمخض عن أسوأ العواقب ! . .

عيسى متولى

الأمومة الضالة

للكرنبرج نور الدين طراف



ان الحب الجارف الذي يربط الام بوليدها ، هو السياج الذي اوجدته الطبيعة ليظل حبل الحياة متصلا على الارض وليقاوم عوامل الفتك التي تسلط على الوليد من ساعة ولادته ففي دنيا الحيوان تقوم الام بدورها الحاسم في رعاية وليدها والدفاع عنه وهذه بالغذاء والوقاية حتى ينمو ويشهد ساعده ويكون قادرا على رعاية نفسه .

وفي دنيا الانسان تسليح الام جنينها وهو ما يزال بعد في رحمها بكافة الاسلحة البيولوجية التي تمكنه من مقاومة الامراض الفتاكة في الشهور الاولى من عمره فتتمه بالمناعة اللازمة ضد هجمات جيوش الميكروبات المختلفة التي قد تسلط عليه واذا ما ولد الجنين فاصبح طفلا غمرته الام بحبها وحنانها فاخذت تهيب له الغذاء والراحة والرعاية التي تعينه على النمو وتؤهله للمضي في طريق الحياة .

ولكن الحب الاموي كثيرا ما يضل الطريق فينقلب الى شر وتكر ينزل بالوليد المحبوب الضر والمرض في صحته وفي نفسه وخلقه . ويقابل اطباء الاطفال من امراض الامومة الضالة في الاطفال اكثر مما يقابلون من صرع الحميات والامراض المعدية .

فالام تظن ان استجابتها لكل رغبات وليدها في الغذاء والشراب دون اعتبار لنظام او قواعد تعرفها عن طبيب ، هو الحنان الذي يجب ان تغمر به هذا الوليد وما اكثر الامهات اللواتي يسممن أطفالهن بالاغذية الدسمة التي قد لا يحتملها البالغون ، لان الطفل قد

تناول غذائه فاذا ابنى او اكل بالضغط من غير شهية ضجت الام بالشكوى للجيران والاصدقاء وللأطباء بان ابنها لا يأكل وانها تخاف عليه الموت جوعا واخذت تلح في طلب الادوية الفاتحة للشهية !!

وهي لا تعلم ان الطفل لا يمكن ان يموت جوعا وانما محتمل جدا ان يموت من التخممة واضطراب الجهاز الهضمي .

ان نسبة وفيات الاطفال في مصر مرتفعة جدا وأكثر الامراض قتلا للاطفال في مصر هي النزلات المعوية بكافة انواعها واكثر اسباب النزلات المعوية هي سوء التغذية واضطرابها وتحمل الطفل فوق طاقته من مأكله ومشربه واعظم ما يؤدي لذلك هو الحنان الجاهل والامومة الضالة

فالامومة التي اوجدتها الطبيعة لوقاية الاطفال وحمايتهم تنقلب في ايدي الامهات الى سلاح للفتك بهم وايرادهم حتفهم .

عليها في اعطائه بعض شطائر كانت تحملها فاجابته في حزم وكأنها تحدث رجلا قائله بان موعد غذائه قد قارب وبأنه لو اكل احدي هذه الشطائر فلن يستطيع تناول طعامه في مواعده ، وأبت عليه ما أراد فلم يجد بدا من الصمت . فتخيلت اما مصرية مكان هذه السيدة فاذا بالصورة تنعكس واذا بالسيدة هي التي تلح على طفلها في أكل ما معها من شطائر حتى وان ابنى هو او امتنع ثم اذا بها في موعد غذائه بعد نصف ساعة او ساعة تحاول قهره على

«اشار» باصبعه الى الغذاء ان كان لم يتكلم بعد او طلبه ان كان لسانه قد تحرك بالالفاظ . . فلا يمكن للحنان ان يضن على الطفل بما طلب حتى وان كان بمثابة السم لجهازه الهضمي الدقيق ؟! وما اكثر الامهات اللواتي يشحن معدات اطفالهن بالغذاء شحنا بكميات قد لا يطيقها البالغ . . لان الحنان يدفعهن الى اعراق الطفل في غذائه .

رأيت مرة سيدة اجنبية معها طفلها وكان لا يتجاوز الرابعة من عمره في حديقة عامة وقد اخذ الطفل يلح

التتانوس ايضا

للكرنبرج نور الدين طراف

الطفل أثناء لعبه في حديقة منزله أو احدى الحدائق العامة فيصاب بجروح في وجهه أو أطرافه قد تبدو سطحية وبسيطة ولكنها قد تنلوث بميكروب التتانوس الذي سرعان ما يسرى الى الجهاز العصبي ويحدث تشنجات عامة وتيبسا عضليا يميزه بسهولة عن غيره من الامراض واذا لم يشخص على حقيقته ويعالج العلاج الكافي فان حياة الطفل تتعرض لخطر شديد .

ومن هنا كانت فكرة تحضير الطعم الثلاثي وهو نعمة كبرى على الطفل .

وطوبى للذين يعملون لما فيه خيرنا وسلامنا ونحن نيسام !

كحقنة أولى ثم نصف سم كحقنة ثانية بعد أربعة أسابيع ثم ١ سم كحقنة ثالثة بعد أربعة أسابيع أخرى . ولما كان مرض التتانوس لا يخلو هو الآخر من خطورة فنشأت فكرة تحضير طعم ثلاثي المفعول يضم الدفتريا والسعال الديكي والتتانوس وبذا يمكن وقاية الطفل من ثلاثة أمراض خطيرة . وميكروب التتانوس يوجد في روث البهائم الذي يستعمل لتسميد الحدائق والاراضي الزراعية . وكثيرا ما يقع

كل عام يأتي لكم بجديد . لطالما أكدت لكم في الاعوام الماضية أن تحقنوا أطفالكم في بداية كل عام بالطعم الواقي ضد الدفتريا والسعال الديكي وقلت لكم أن الوقاية التي تمنحها حقن الدفتريا التي تعطى في نهاية السنة الاولى من عمر الطفل سرعان ما تزدوى وتضعف فيجب ايقاظها وتنبيهها بحقن الطفل بمقدار نصف سنتيمتر من الطعم في بداية الموسم . أما الذين يحقنون للمرة الاولى فيعطون نصف سنتيمتر

فاذا هي داخل القلعة دنيا
قائمة بذاتها لها نظمها
وتقاليدها وقلما يطرقها
رجل من هنا او هناك

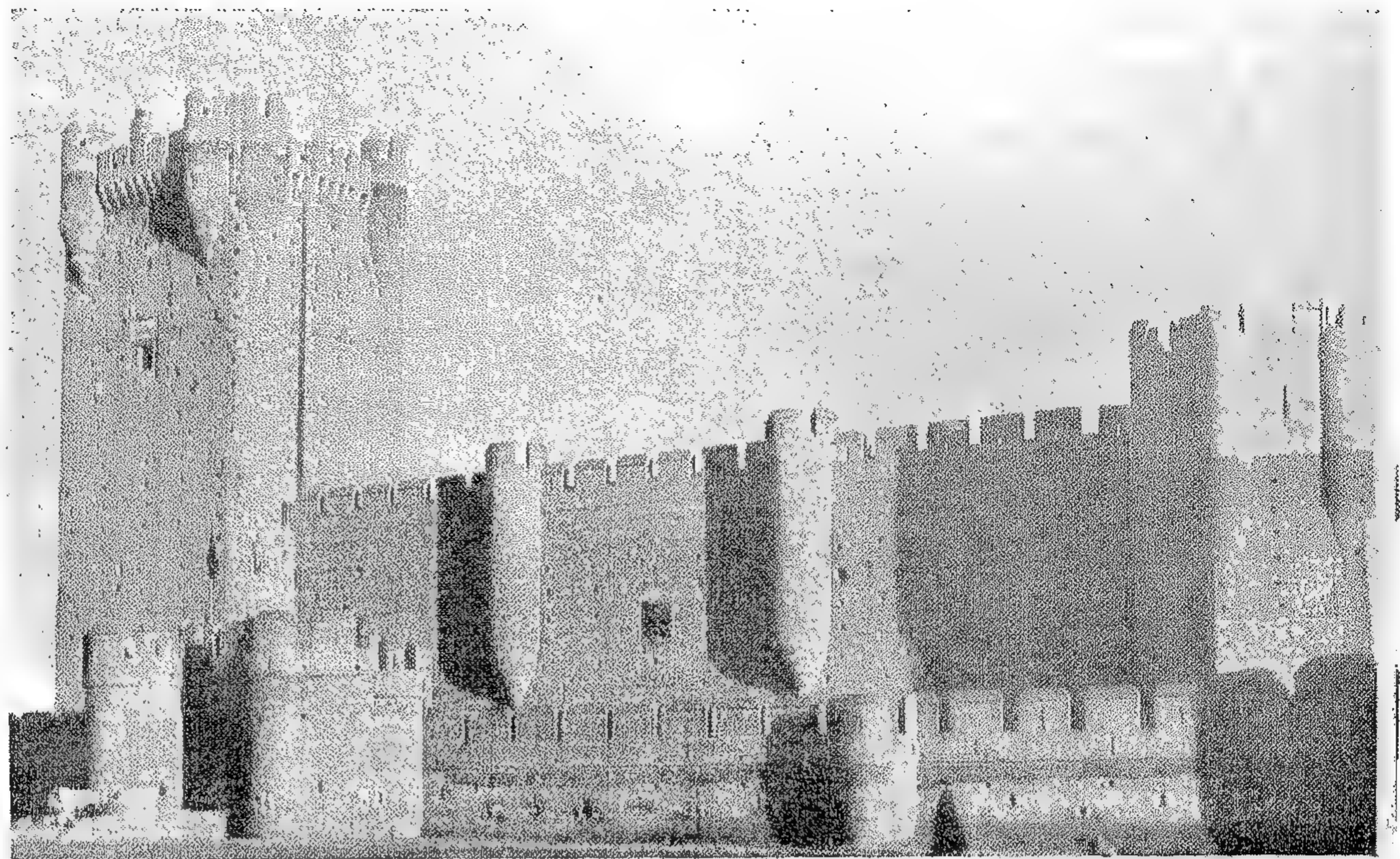
والمدرسة الاسبانية
« معمل » صالح لتفريخ
اجيال من النساء اللاتي
ينبغي ان ينشأن ليكن امهات
صالحات أولا ، فاذا اكفهر
الجو وتازمت الامور وقامت
الحرب بين بلادهن وبين
غيرها من البلاد اصبحن
مجنونات يحملن السلاح
ويذدن عن وطنهن كما يفعل
الرجال

فانك تدخل مدرسة من
مدارس البنات فتجد اول
ما تجد تمثالا رائعا للامومة
يسمونه « سيدة قشتالة »
وهو تمثال جميل للعدراء
مريم تحمل سيد الشهداء في
التاريخ ، ان التمثال يعنى
ان واجب البنت المقدس هو
ان تفكر اولاً قبل كل شيء
في ان تكون اما فتلك صفة
مقدسة يجب ان تشغل بالها
اذا استفتحت يومها الدراسي
او استكملت على مدى الايام
علومها في مدرستها

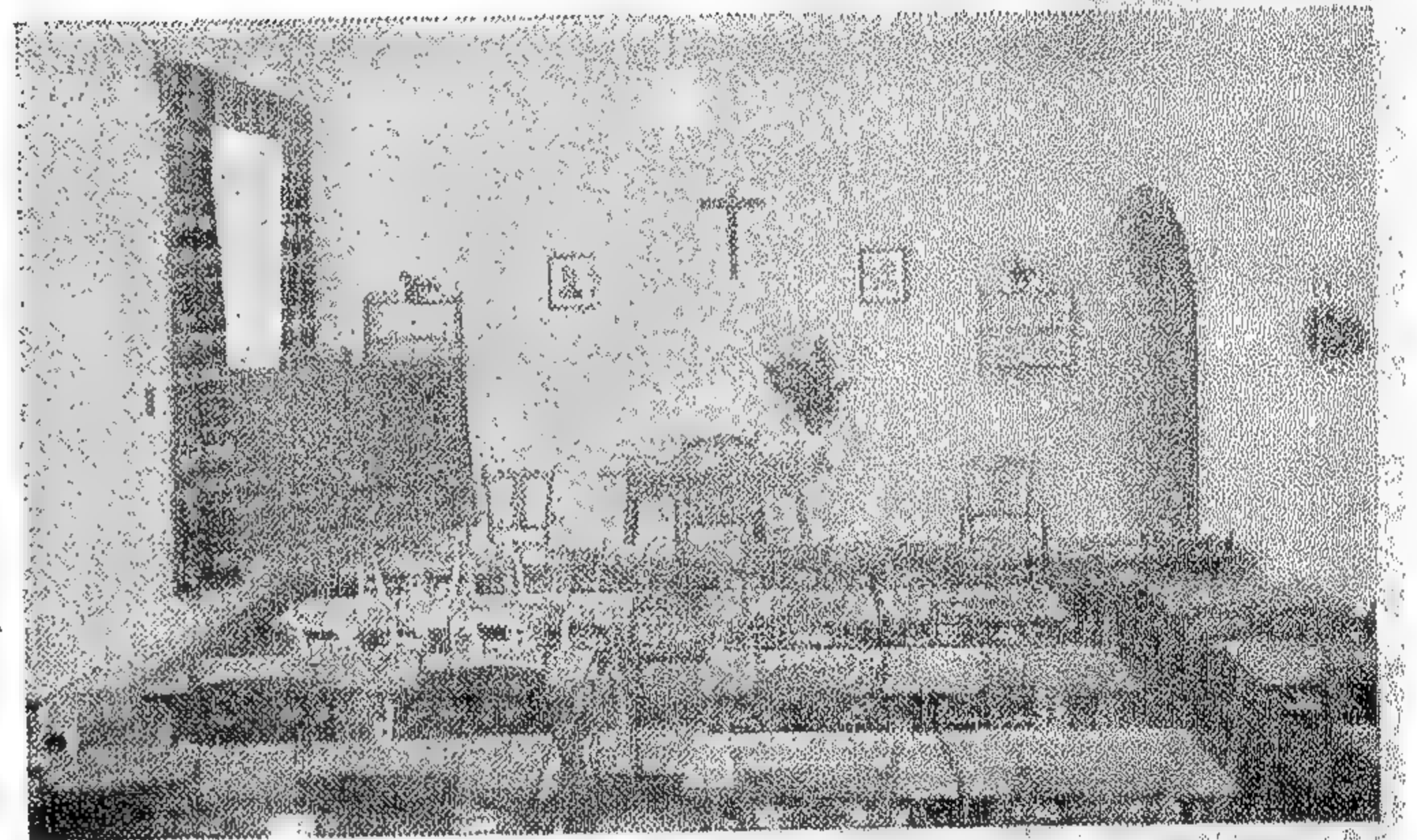
ثم تعنى ادارة المدرسة
بالرقص التوقيعي وله حصة
الاسد في دراسة البنات ،
ويتعلمه البنات ساعات في
كل يوم على نغم الموسيقى
وتصحبه اناشيد وطنية
مناسبة مستمدة من تاريخ
اسبانيا وطبيعتها السمحاء
وقد ذكر (جوليان روخو)

« عادت من اسبانيا
مندوبتنا الحسنة تحمل اليها
هذا «الطقم» وهذه المجموعة
من الصور البديعة التي تمثل
النشاط التعليمي للبنات في
أندلس العرب بعدان درست
هذا النشاط دراسة واسعة
النطاق »

والاسبان كما تقول
مندوبتنا قوم محافظون
فيهم طبيعة العرب
وسجايهم ، والفيرة على
العرض من اميز صفاتهم ،
لذلك يدهشك ان تعلم ان
معظم مدارس البنات تقوم
وسط القلاع العربية القديمة



المدرسة في اسبانيا ... للأصوة والجهاد



حجرة للدرس في مدارس البنات في اسبانيا ويلاحظ أن
تعاليم الدين تسيطر على جوها بالصلبان وصور القديسات



أما غرفة المطالعة فلا تحتوي الا على كتب للتاريخ والجغرافية
عن اسبانيا بجانب كتب الدين التي تستغرق المكتبة



قاعة الحفلات في مدارس البنات وهي زاخرة بالتماثيل
والصور الدينية ومعظم ما يمثل على مسرحها روايات دينية



تمثال لمريم العذراء ، وقد صنعت منه ملايين لتوضع في جميع حجرات المدارس الخاصة بالبنات في اسبانيا وقد قصد بوضعه الى جانب الفكرة الدينية فكرة الامومة وهي من اهم الاهداف التعليمية

الكنيسة وبين الجمعيات المختلفة التي تشبه من قريب جمعية المرأة الجديدة ولا ينفصل التعليم المدني عن التعليم الديني في أي فترة من فترات الدرس والتحصيل

وتقوم الكنيسة وحدها بتعليم البنت من أربع سنوات الى ست سنوات ، وبعد ذلك تتولاه في معظمه الجمعيات التي أشرنا اليها ، فتنشئ البنات على ان تكن أمهات صالحات وتربي فيهن ملكة الزوجية والامومة فالبنت الصغيرة اذا كبرت اختصت بحجرة شديدة الشبه بحجرات الزوجات حتى لا تفاجأ بجديد اذا تأهلت للزواج . . .

ولا يعاب على هذا التعليم الا تزمته العجيب فان بنات اسبانيا يعرفن كل صغيرة وكبيرة من تاريخ وجغرافية اسبانيا معرفة يحسدن عليها ، غير ان هذه البنت العاملة بتاريخ بلادها وجغرافيتها لا تدرى شيئا عن تاريخ او جغرافية أي بلد من بلاد العالم ، وهنا جاء في الحكم عليها انها اقدر واكفا امرأة في فهم حياة شعبها وأجهل نساء العالم بالعالم .



الرقص التوقيعي أصل من أصول التربية في المدارس الاسبانية وعلى رأس كل واحدة ما يشبه المشنة لتقويم عودهن

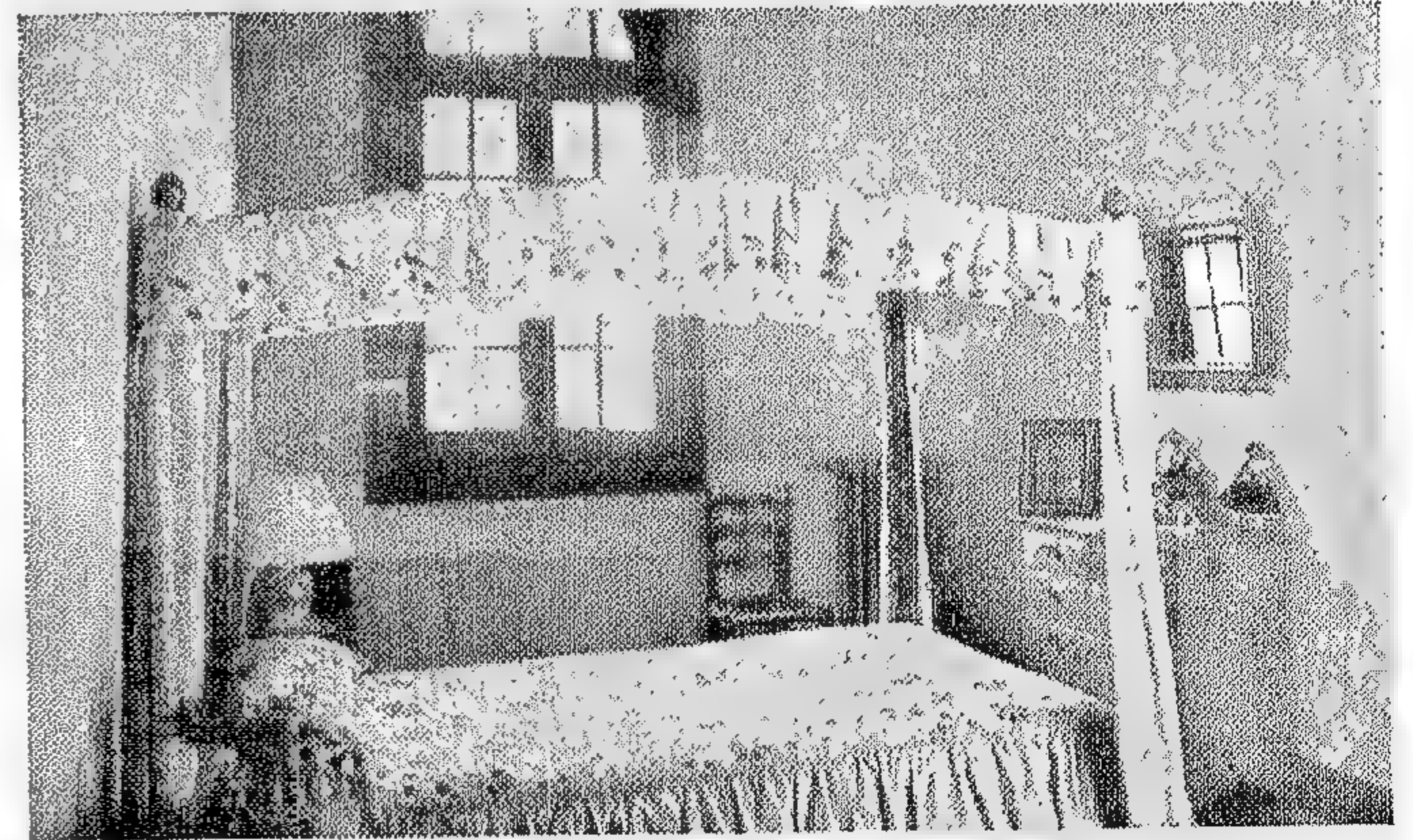
ان الرقص التوقيعي رياضة تؤهل البنت للجنسية وتعدها للكفاح الوطني ، فاذا تقدمت بعد ذلك للتدريب العسكري لم يتعب العسكريون في تعليمها اصول الفنون العسكرية بل يجدون امامهم انثى معدة اعدادا طيبا لحمل السلاح

وبالرغم من ان النساء في اسبانيا يشاركن الرجال في كل شيء وتجد نشاطهن ملحوظا في جميع البيئات فانهن محافظات على تقاليد اسبانيا وترعى نشاطهن الكنيسة الكاثوليكية ، ومعظم التعليم الخاص بالبنات شركة عادلة بين

أحد المسئولين، ذكر لمن دوتنا ان الرقص التوقيعي في اسبانيا دعامة هامة من الدعائم التي يقوم عليها النظام التربوي الخاص بالبنات ، فهم يعتبرونه اداة لتقوية الجسم وتقويم الخلق وتربية البنت على الحركة والنشاط حتى اذا اصبحت زوجة بدا عليها ما ادخرته من نشاط ورشاقة في اداء التزاماتها الزوجية ، واحتفظت بعد ان تنجب بجسمها الرياضي ومظهرها الرشيق الخلاب وفي ذلك من البهجة ما يسعد الزوج ويجعل بيته خير مكان يأوي اليه ، ثم يرى المسئولون



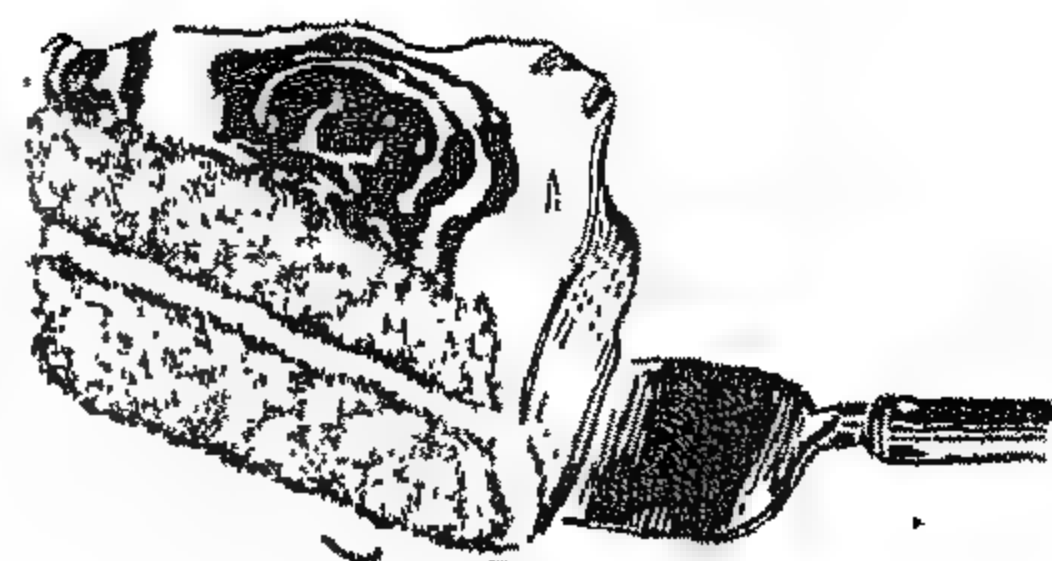
اما هذه فصورة لحجرة تلميذة تنهيا للزواج وفوق رأسها صورة لمريم العذراء وقراش الحجرة تقوم هي بصنعه كله



حجرة لنوم التلميذة الصغيرة فيها أدوات لعبها ولا تغلو حوائطها من الصور الدينية وتمثال لمريم العذراء في جانب منها

4

وهذا الذى أقوله لأقوله
على سبيل التهويل والمبالغة
«لا» وإنما هى الحقيقة التى
تخفى دائما على حضرات
الآباء والامهات والمدرسات
الذين لم يعودوا فتياتهم أن
يثقن بهم حتى يقلن لهم كل
ما يدور فى رؤوسهن
ونفوسهن * ولعل مسألة
عدم الثقة المتبادلة بين
الفتيات وبين المسئولين عنهن
مسألة لها خطورتها بل
انها لا خطر مما نتصور *
فكم من مأس وفعت بسبب
أن الفتاة لاتجد أبا أو أما
أو شخصا تحترمه له عقليته
الكبيرة وتجاربه الكثيرة
تستطيع أن تستشير
وتصارحه بكل ما يعين لها
من خواطر ونزعات * نعم ..
فهذه الهوة السحيقة التى
تفصل بين الفتاة وأهلها
فى البيت وبينها وبين
مدرساتها فى المدرسة
فتجعلها لاتستطيع أن
تكلمهم الا فى الموضوعات
التي تمس الدراسة والعلوم
أو فى التوافه من أمور الحياة
تضطرها رغبة الى التوجه
الى زميلاتها ممن هن مثلها
فى السن والعقلية وقلة
لتجارب بكل ما فى رأسها
من أفكار وكل ما فى صدرها



لعمل كعك
تفخیر من بیفدیه

استعماری بود

ضمیمہ روایات

منذ ٣ أجيال والنساء يفضلن خمرة
رويال لأنها مفيدة للصحة ولإمكان
الاعتماد عليها . إن اختار رويال التنظيم
يعمل عجيبة الكعك خفيفة ، فاشترى
اليوم خمرة رويال ذات الشهرة العالمية



للحصول على
كتيب وحسابات
الكمات القيم التي
نقدم لك ارسل
عنوانك واسمك
الى :

محاضرات المحترم

م. ی. فرانکو و شرکاء، من خسر و شرکاء اخفاء
 ۶۶ تا ۷۰ فصل اول
 در مسأله فی کتاب و معقبات الکملات و انظار میرام

الحسين

الأبجد

الروح الجامعية

جامعية وليس فيها من الروح الجامعية شيء .
لم كل هذا وما السبب وذنب من . اذنب الجامعي
الذي لم يحسن الزمالة فتخشاه طالبة وتتجنبه
أم ذنبها هي أم ذنبهما معا
نحن في عهد انتقال وتطور ولا بد للمبتدئ ان يتعثر
في خطاه الاولى ولو قليلا
ولن نياس فلن ينتج العلم الا خيرا
زميلتي جابهى الموقف بكل ثقة . حدثني زميلك
وناقشيه واظهرى له شخصية قوية يهابها
ويحترمها واجبريه على اعتبارك ممائلة له بقوة
تفكيرك وسلامة منطقك وحسن تصرفك .
واذا اردت سمعة طيبة فلا تختصى واحدا بالحديث
والاهتمام دون الاخرين عاملى الكل سواء تكسبى
رضاء الجميع . دعيني اهمس في اذنك بانه مهما
كنت بريئة فلا بد ان يتقول من لا يفهمك على حقيقتك
اكسبى ود الجميع بروحك الدمنة ومشاركتك لهم
نواحي النشاط والاصلاح وافرضى نفسك على هذا
المجتمع الشقاى واظهرى مواهبك مناقشة ومجادلة
ومشاركة فى النواحي الاجتماعية من مناظرات
ومحاضرات ورياضة بدنية تليق بك . ثقى بنفسك فى
اعتداد لا فى غرور وبرهنى على ان الفتاة المثقفة ثقافة
عالية اذا دخلت مجتمعا بعثت فيه من روحها
وشخصيتها جوا غيز هذه الاجواء النافهة الرخيصة .
الانظار كلها متجهة اليك كحدث جديد فى مجتمعنا
المصرى ولا تنسى هذه النظرة وما فيها من تطفل فاعملى
لهذه النظرة الف حساب واحذرى الهفوة فالمعارضون
يكبرونها ويجسمونها ارضاء لرغبتهم .
اكسبى ود زميلك بالمعاملة الحسنة وقوة الشخصية
مع حسن الخلق ليكون دعاية من اقوى الدعايات لك
فتكسبى سمعة لنفسك ولبنات جنسك الجامعيات
روحية القليني

ولروا عن حدیثہ

أصواف الزريكو (نوع من ماء)
كاف (نوع من ماء) و لؤلؤ (نوع من ماء)

اصواف سادة
وفاتتري

مجموعه كميّة من الدولان

اشغال الترنیكو

مصنوعة في الخارج

Sub.

نسیم کوینکا

۵. شایع فتوٰ اور الذلول (بقرب تہذیب)

44-38861-100

2988A *Cyrtus*

نادى اتحاد بنى المنيل

يفتح أبوابه فى ٢١ نوفمبر سنة ١٩٤٩

بيانات هامة :-

- ١ - عضوية النادى مقصورة على النساء فقط
- ٢ - يمكن تناول الطعام والشاى والمرطبات فى أى ساعة من اليوم
- ٣ - مكان مفتوح للراحة والاستجمام أثناء النهار
- ٤ - للنادى مكتبة تضم كتباً ومجلات وجرائد يومية
- ٥ - يحتوى النادى على أدوات موسيقية (راديو وجرامافون على أحدث الاسطوانات) بجانب بعض الألعاب المسلية .
- ٦ - تلقى فى النادى محاضرات من كبار الادباء والاطباء والعلماء ومتخصصات فى التدبير المنزلى

الاشتراك السنوى

١٠٠ قرش

٥٠ قرشاً للطالبات

تقبل الاشتراكات من الساعة العاشرة الى الواحدة ظهراً ومن الخامسة الى السابعة مساءً

العنوان : ١ شارع ابن ثعلب بجوار فندق متروبوليتان بقصر النيل

تليفون : ٥٨٤٦٣

أخرى بجانب مهمته النبيلة ألا وهى أن يوجهن خطوات تلميذاتهن نحو طريق الخير والفضيلة بأن يفتحن صدورهن لهن وأن يكن محل ثقتهم حتى يلجأن اليهن بطلب المشورة والنصح لافى أمور الدراسة فحسب بل فى كل مايمس حياتهن الخاصة بمثل هذه الطرق نستطيع أن نقضى شيئاً فشيئاً على هذه الازمة الاخلاقية التى تفشت فى مجتمعنا وأن نخلق جيلاً من الفتيات اللاتى لا يصيبهن رشاش من مفسد هذا العصر .

فهل حضرات الآباء والامهات والمدرسات أن يساعدوا فتياتهن على اجتياز هذه المحنة الاخلاقية بسلام؟ لو أنهم فعلوا لكانوا اذا قد قاموا بخدمة جليلة نحو فتيات مصر ، بل نحو أنفسهم ونحو الامة المصرية جمعاء .
حسن شاه صالح الهاكح
بكلية الحقوق جامعة فاروق الاول

والتكاشف وتبادل الثقة لاعتن طريق التخويف والترهيب والتعنيف فما كانت طرق العسف والكتب تجدى شيئاً فى يوم من الايام فليواجه الاهل هذه الحقيقة بشجاعة وليعلموا أن طرق التربية التى مازالوا يتبعونها مع بناتهم من زجر وتوبيخ وتخويف من العقاب لم تعد تتلاءم وهذا العصر الذى نعيش فيه فهى ان لم تضر فلن تنفع . ولعله من الخير لهم ولبناتهم لو انهم عاملوهن معاملة الاصدقاء وأفهموهن كل ما يدور حولهن بصراحة وخوفوهن عواقب الانزلاق فى طريق غير طريق الاستقامة والشرف .

أما حضرات المدرسات فأننى أرى أن مهمتهن فى تثقيف الفتيات لا يجب أن تقف عند حد القاء دروس الجبر والحساب والجغرافيا والتاريخ - الخ . . . وإنما يجب عليهن أن يقمن بمهمة

صحيح .. ان قيم
ينظف بسرعة

وبسهولة ايضاً !

قيم ينظف بسرعة
ويجعل جميع الأشياء
لامعة برفقة
كالجديدة !

وشيم

المنظف السريع المضمون

Nettoie rapidement sans rayures

للاغتسال وتناول طعام
الافطار بدون استعجال لثلا
تحملي أعصاب طفلك أكثر
مما تحتمل .

الساعة السابعة والنصف :

احرصي على أن يذهب الى
المرحاض كل صباح قبل أن
يتوجه الى مدرسته . فان
النظام في هذه الناحية يكفل
حسن سير الامعاء .

الساعة الثامنة صباحا :

يجب أن يذهب الى المدرسة
في الموعد المحدد حتى لا
يضطرب الى الجرى في الطرقات
فيصل الى المدرسة وقد بلله
العرق فيبرد . أضيفي الى
ذلك أن نصف الدرس الاول
سيضيع سدى بسبب
اضطراب أعصاب الطفل من
الجرى .

الساعة الثانية عشرة والنصف :

عودي طفلك أن يتناول
غداه في موعد محدد وأن
يأكل على مهل لثلا يفسد
جهازه الهضمي فتتأثر بالتالي
صحته .

الساعة الرابعة :

موعد عودته من المدرسة .
أعدى له طعاما مغذيا وخفيفا
ولا تدعيه يتناول شيئا بين
الاكلات لثلا يفقد شهيتته
ويعطل جهازه الهضمي .

الساعة الخامسة :

حان الآن موعد كتابة
الواجبات واستذكار دروس
الغد . راقبيه وارشديه
ولكن اياك أن تعملي له
واجباته .

الساعة السابعة :

دقت ساعة العشاء . انها
أنسب وقت لتناول الطعام
عند الصغار . فالطفل الذي
يأكل ويذهب لفراشه ينام
نوما مضطربا .

الساعة التاسعة :

يجب أن يكون أطفالك
في فراشهم . فالطفل في
هذه السن في حاجة الى تسع
أو عشر ساعات نوم .



صحى أولادك في بدء السنة الدراسية

ومن الملاحظ أن كثيرا من
الأطفال تتحسن صحتهم عند
ما ينتقلون من حياة الاسرة
الى حياة المدرسة الداخلية .
قد تقولين ان سبب ذلك
العناية الفائقة بهم . لا
يا سيدتي ! أن غاية ما هناك
أنهم يعيشون داخل المدرسة
وفق نظام محدد لا يتعبدل
ولا يتغير مهما كانت الظروف
فلم لا نسيرهم على هذا النظام
وهم في المنزل ؟

حددي اذن من نفسك في
بداية كل عام ساعات حياة
طفلك وسيري عليها بدقة فان
صحته موقوفة الى حد بعيد
على هذه الدقة
دعينا الآن نساعدك في
تنظيم حياة طفلك .

الساعة السابعة صباحا :

يجب على طفلك ان كان
تلميذا أن يستيقظ مبكرا
ليكون لديه الوقت الكافي

عمل يقوم به في يومه يجب
أن تكون له ساعته المحددة
دون عجلة وفي جو من الهدوء
والسكينة .

قد يبدو هذا النظام في
حياة الطفل مملا بالنسبة
للوالدين ذلك لانهما بدورهما
مضطران الى السير على نظام
قاس . فانهما يفضلان مثلا
ألا يعودا كل ليلة مبكرين
ليعدا عشاء أطفالهما قبل
الساعة السابعة في حين
انهما يتغشيان بعد هذا

الموعد بساعتين ونصف على
الاقل . ولكن ألا تساوى
صحة الاطفال هذه التضحية
الصغيرة ؟ ومن جهة أخرى
فانك عند ما تؤخرين نوم
طفلك نصف ساعة يجب أن
تقولى في نفسك أن هذه
النصف الساعة مبدأ عادة
ذميمة سيتأثر بها مستقبله
على أى حال .

انتظام حياة الطفل هو
القاعدة الاولى التي تركز
عليها صحته . لذا وجب
علينا أن نكسبه عادات صحية
ان أردنا له صحة وقوة في
رجولته .

فمن الخطأ اذن أن نطعم
الطفل في الوقت الذي يراه
وأن ننزهه في الساعة التي
يحلو له أن يخرج فيها وأن
يذهب الى فراشه عند ما
يتعب من اللعب . ان كل

السهر...
في الصحة الجيدة
هو انتظام حركة الامعاء

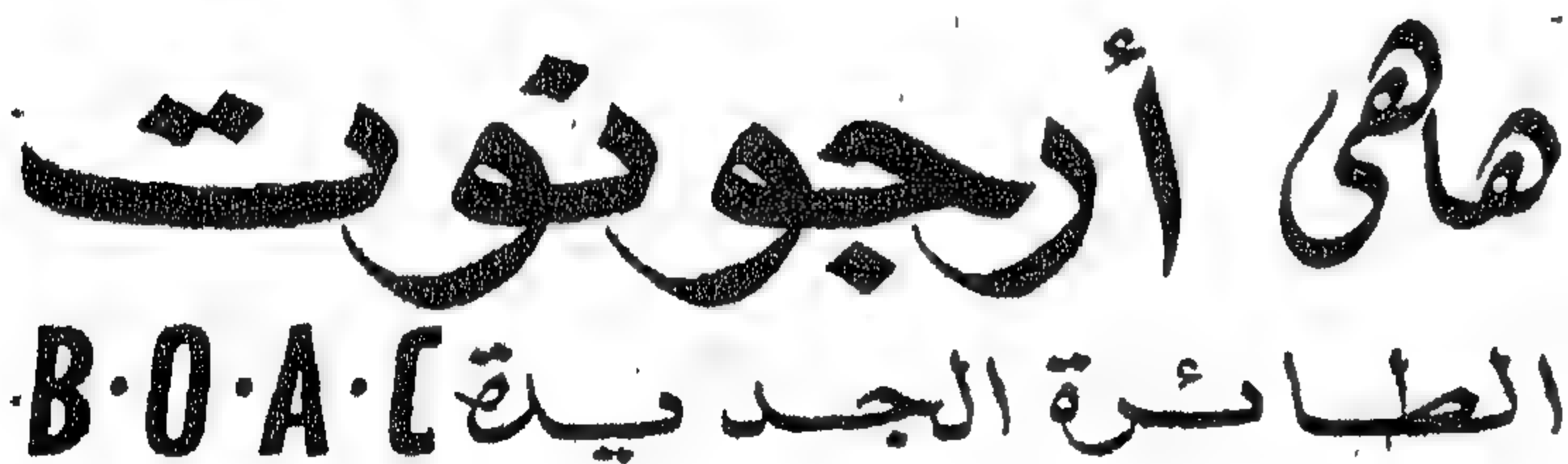


فَعِنْدَ سِيرِكَ حَرَكِي رَجْلِيكَ
مِنْ عِنْدِ الْاِفْخَاذِ وَضَعِي كَعْبَ
الْقَدَمِ عَلَى الْاَرْضِ اَوَّلًا
وَتَذَكَّرِي الْقَوَاعِدَ الْاِلَازِمَ
اِتْخَاذَهَا لِفَوْزِكَ بِالْهَيْئَةِ
الْحَسَنَةِ مِنْ رَأْسٍ مَرْتَفِعٍ
وَصَدْرٍ بَارِزٍ وَأَصَابِعٍ قَدَمِيكَ
مُتَّجِهَةً إِلَى الْاِمَامِ .. وَتَمْرِينَ
الْكِتَابَ الْمَوْضُوعَ فَوْقَ الرَّأْسِ
وَلَوْ اَنَّهُ قَدِيمٌ اِلَّا اَنَّهُ اَحْسَنُ
تَمْرِينَ يَعْدُ لَكَ اِكْتِسَابُ هَذِهِ
الْهَيْئَةِ الْمَرْجُوءَةِ فَعَلِيكَ
بِتَجْرِبَتِهِ وَلِذَلِكَ انْتَقَى كِتَابًا
ضَخْمًا ثَقِيلَ الْوِزْنِ تَكُونُ
جِلْدَتُهُ مِنَ النُّوعِ السَّمِيكِ
وَوَازْنِيهِ فَوْقَ رَأْسِكَ وَسِيرِي
عَلَى هَذَا الشَّكْلِ دَاخِلَ غُرْفَتِكَ
وَحَاوِلِي اَنْ تَسِيرِي حَوْلَ
جِدْرَانِ الْغُرْفَةِ سَبْعَ مَرَّاتٍ
مَعَ الْاِحْتِفَاطِ بِالْكِتَابِ مُتَوَازِنًا
فَوْقَ رَأْسِكَ وَالْاِحْتِفَاطِ
بِهَيْئَتِكَ ..

وليكن السـوتـيـان
والكورسيه اللذان
تستعملينهما مناسبين لجسمك
فالكورسيه يجب أن يعينك
على أن تكوني في هيئـة
متناسقة بدون أن يعيق من
حركـاتك أما السوتيان فيجب
أن يتوفر فيه أن يحمل - بلا
ضغط - صدرك . . ولما كان
حتى الصدر الصغير يحتاج الى

وإذا كنت ترين انك
تنتمين الى فئة النساء
السمينات فابتعدى عن
الحلوى وقللى من الخبز
واستعصى بالسلطة أو
الحضروات الطازجة عن
البطاطس ولا تأكلى بين
الوجبات .. ولا تتغالى فى
الرجيم اذا كنت فى العقد
الثانى اذ ربما توقفين بذلك
من نمو جسمك بدلا من تقليل
وزنك اذ أن قليلا من النساء

عاد من برلين الدكتور
لودفيج ل. ليتنز جراح
اختصاصي في التجميل
(للأنف • والأذن •
والعيون • والوجه •
والصدر •
وهو يباشر عيادته
ظهرا من ١٢ الى ١ في
عمارة جروبي ميدان
سليمان باشا



والراحة الفائقة والاداء الممتاز للطائرات الجديدة مما يناسب فقط مع خبرة ثلاثين عاماً للطرف الجوية البريطانية .

سافر بطائرات B.O.A.

M. 36

بنك مصر

طابع القومية المصرية ، عنوان النهوض الاقتصادي
في الشرق ، منشي الصناعات ومؤسس شركات مصر
الكبرى ، يشمل نشاطه جميع الاعمال المصرفية في مصر
والخارج .

يحرص على ارتياد المستحدثات البنكية المتبعة في ارقى
ممالك العالم ، ويعمل دائما على التجديد والانشاء .
أدخل نظام الايداع الليلي بانشاء (الخزانة الليلية) في
غير اوقات العمل لحفظ المستندات والمصوغات والاموال
وكل ما قد يخشى عليه في الظروف المفاجئة .
الاستعلام بقلم الخزن الحديدية بالبنك



هند

عن مبايعته ، متهما إياه بالهوانة في القصاص من قتلة عثمان . وقام بين علي ومعاوية ، ذلك النزاع الذي أدى في النهاية إلى مقتل علي ووصول معاوية إلى العرش وتأسيس البيت الأموي ، الذي نقل الدولة العربية من نظام الخلافة الذي يعتمد على الشورى ويسند إلى الدين إلى نظام الخلافة الذي يقوم على أساس التوريث ويستند إلى السياسة أولا وإلى الدين ثانيا . وبذلك أصبحت الخلافة أقرب إلى السياسة منها إلى الدين واستحالت بذلك إلى ملك استبدادي . وتمتع الخلفاء الأمويون منذ عهد معاوية بكل مظاهر الإبهة التي تمتع بها الملوك ، كما أدخل معاوية نظام ولاية العهد تفاديا للانتخاب في اختيار الخليفة .

للرسول على إبراهيم

فيها، وبعث في طلبه وجبسه مع أنه من سادات قريش وزعمائها، حتى ردت زوجته هند المال الذي أخذه .

ويكفي هذا أنها أم معاوية بن أبي سفيان ، مؤسس الدولة الأموية ، التي دأب لها المسلمون حوالي ثمانين سنة (٤٠ - ١٣٢ هـ) .

ولد معاوية بمكة قبل البيعة بخمس سنين، وأسلم يوم فتح مكة وعمره ثلاث وعشرون سنة ، واتخذه الرسول كاتباً له .

وكان والياً على الشام في عهد عمر وعثمان ، ولما بويع على بالمدينة ، امتنع معاوية

المشركين أبو سفيان ، وعلى الخيل خالد بن الوليد . والتحم الجيشان وصمد بعضهما لبعض . واتبع المسلمون خطة الرسول بادية الأمر ، فكان النصر في جانبهم ولكنهم ما لبثوا أن أهملوا ما أمرهم به وهو الثبات في أماكنهم مهما اشتد بهم الكرب ، فاضطربوا واختل نظامهم حتى تعرضت حياة الرسول للخطر . وهزم المسلمون في أحد ، على الرغم من استبسالهم وتفانيهم في الدود من حياة الرسول ، وكان قد جرح في وجنته وشيخ رأسه ووقع في إحدى الحفر التي حفرها المشركون ليقع فيها المسلمون وهم لا يعلمون .

وفي هذه الواقعة ، مثل نساء قريش بقتلى المسلمين وفاقتن السيدة هند زوجة أبي سفيان ، إذ أنها بقرت بطن حمزة بن عبد المطلب عم الرسول عليه السلام بعد أن قتله وحشي وهو غلام حبشي ، وأخذت قطعة من كبده فلاكتها حتى إذا عجزت عن أكلها لفظتها ، وكان ذلك بقصد التشفى والانتقام من المسلمين . وقد عفا الرسول عليه السلام ، لحبه للخير وميله للعفو وسماحة نفسه، عن وحشي قاتل عمه حمزة وعن هند التي لاكت كبده . ومما يذكر عن هند ، أنها اقترضت من بيت مال المسلمين ، بأمر الخليفة عمر ، أربعة آلاف درهم ، تتجر فيها على أن تضمنها ، فأعطاهما ما طلبته ، ولكنها لم تلبث أن شكت الخسارة في تجارتها ، فقال لها عمر : لو كان مالي لتركته ، ولكنه مال المسلمين ، وهذه صفقة لم يغب أمرها عن زوجك أبي سفيان ويعتبر شريكك

السيدة هند . بنت عتبة ابن ربيعة بن عبد شمس ابن عبد مناف . هي زوجة أبي سفيان بن حرب . وهذه هي أم يزيد بن أبي سفيان الذي ولاه أبو بكر قيادة أحد الجيوش الأربعة التي أرسلها لفتح الشام . وولاه عمر دمشق . وهي أم معاوية ابن أبي سفيان الذي ولاه عمر بلاد الشام . ولما مات يزيد أضاف عمر إلى معاوية ما كان لأخيه . وولاه عثمان بلاد الشام كلها ثم استقل بهذه البلاد بعد قتل عثمان . وتمكن بعد ذلك من تأسيس خلافة جديدة واعتلاء عرش الخلافة الأموية .

اشتركت هند في غزوة أحد التي قامت بين قريش والمسلمين بزعامة الرسول عليه السلام . ويرتبط تاريخها ارتباطاً وثيقاً بتلك الغزوة . إذ أنها عمدت خلالها إلى إيذاء المدافعين عن الإسلام . لأنها وزوجها أبو سفيان وابنتها يزيد وأخوه معاوية لم يسلموا إلا يوم فتح مكة .

وقعت غزوة أحد في منتصف شعبان في السنة الثالثة من الهجرة ، لأن قريشا أرادت أن تثار لما أصابها يوم بدر ، فاجتمع حول أبي سفيان بن حرب - زوج هند - ثلاثة آلاف من القرشيين ، وخرج معهم نساء كبرائهم لاثارة حميتهم وسار الرسول في ألف من المسلمين ، ولكنهم انقسموا على أنفسهم ، ولم يتفقوا على طريقة ، مما كان له أسوأ الأثر في نتيجة المعركة ، حتى كادت تتفرق كلمة المسلمين وتمزق وحدتهم . وعسكر الرسول على سفح جبل أحد المواجه للمدينة والمنحدر إلى بطن الوادي الذي عسكرت فيه قريش ، وكان على رأس



خبرة
٢٥
سنة

شيكولاته كورونا

إنتاج مصنع شيكولاته رويال المصري بالإسكندرية

صنعت بالمطبخ المصري وفقاً لاحتياجات الاستهلاك المحلي

شيكولاته رويال

نوعية ودائماً طازجة غير مخلوطة ولا قابلة للتلف

المرأة الاندونيسية



الانسة مريم صالح
سكرتيرة وفد
الجمهورية الاندونيسية
بدهلي الجديدة

وسياسية واقتصادية • فلها
فى الدين تلك الروح القوية
وفى السياسة تلك الوثبة
العظيمة ، وفى الحياة
الاجتماعية قدم راسخة تعطى
فكرة بأن المرأة لم تكن جسدا
بلا روح بل هى روح فى
جسد ، فذلك الجسد النحيف
الضعيف قد حلت فيه تلك
الروح الوثابة العاملة ، الجادة
فى تسيير امور الحياة ، فلم
تجد للركود فترة •

قديمًا كانت المرأة
الاندونيسية تنقيد بكثير من
التقاليد والعادات ، ولها
سطوة عليها ، بيد أن الحركات
الوطنية المتتالية ، والثورات
التحريرية ، أصبغت فتوة
على فتوتها ، وجعلتها فى
مقدمة من ينظر الى الوطن
كأسرة لها تبغى اسعادها
ورفع شأنها •

وقد كانت السيدة «رادين
كارتيني» توقف السيدة
الهولندية التى تحثها على
ترك دينها ، فأرسلت اليها
خطابا فى ٢١ يولية سنة
١٩٠٢ ، متضمنا هذه العبارة
القوية ، تفصح عن قوة الايمان
والثوق من النفس ، فقالت
« كوني واثقة ياسيدتى -
فانى طائعة لدينى ، وأدعو

فى ميدان القتال تقود الجيش
حتى وافتها المنية ، وهى ترفع
لواء الوطن •

فالمرأة الاندونيسية دائما
بجانب زوجها ، فقريتها كل
شئ فى حياتها ، تذهب معه
أينما ذهب ، وترحل الى حيث
يلقى عصا تيساره ، فنظرتها
الى المجتمع انه لون من ألوان
الطبيعة التى سكبت عليه
انسانية ووطنية ، فعندما
رأت المجتمع الاندونيسى وما
فيه من مآسى الاستعمار ،
أبت الا أن تكون مع المناضل
فى رفع شأن البلاد ، والطفرة
به الى مجتمع راق ، تسود
فيه العدالة الاجتماعية
والطمأنينة والسلام •

وقد نزلت فى ميدان الجهاد
وحياة الاجتماع ، حيث كونت
جماعات وأحزابا تقوم فيها
بأعمال ، مساهمة بها أمتها
فى الحياة العامة حتى تقوم
على أكتافها نهضة عامة تعبر
عن اخلاص المرأة فى روحها
الشرقية • وللمرأة
الاندونيسية جهاد فى نواحي
عدة ، منها دينية واجتماعية

المرأة الاندونيسية
مخلوقة رقيقة طائفة ،
تكسو محياها وسمه الحياء ،
وتعلو بسنماتها روح شرقية
يميزها عن اخواتها طابع
خاص ، تتوفر فيها صفات
الانوثة ، وروح الامومة ،
وجلال الزوجية • ففى
قسماتها مسحة من طبيعة
البلاد ، فى بيئة تجل المرأة
وتعطيها حق قدرها ، فهى أم
تعتمد عليها فى حياة الاسر ،
وزوج تتربع فيها كنوز
الوفاء •

حياؤها هدوء ينفطر عن
بسمة خالدة تنبعث فى
النفس الحنان ، وتنشق منها
تلك النورانية التى تعبر عن
فلسفة العاطفة ، عمقها فى
قلب المرأة أمومتها ،
وبساطتها فى روح الزوجية
التي تدللها عاطفة الزوجية
وثورتها انتقام يأبى الحمود
وقد ثارت على هولندة فى
كثير من الاحوال فى سنوات
ثلث الاستعمار وكان منها
تلك السيدة « نياء دين » ،
التي وقفت بعد وفاة زوجها



السيدة تاتيانا من وزارة الخارجية وممثلة الهلال الاحمر الاندونيسى فى القاهرة
تلقى كلمة فى حفلة عامة

الله أن يرعاني بتوفيقه ،
فيلهمنى القوة فى حمل
الاخرين على احترام ديننا
الذى من شأنه أن يحبوه •
فهذه الروح من الثقة ،
يتوثب ايمان كارتيني بدينها
فأرادت التفقه فيه ، فكثيرا
ما تؤنب نفسها ، فقالت عن
القرآن « هذا الكتاب المقدس
قد أصفح عن معان سامية
فى الانسانية ، ولكنه عربى
مبين ، ولم أفقهها لغة ، فهى
غريبة عنى » فتساءلت عن
العلة فى ذلك وأرادت أن
تكون أقرب الناس الى تفهم
معانى هذا الكتاب المقدس
لتقتدى به فى تنظيم الاسر
وأفراد المجتمع •

هناك جمعيات اسلامية
تسمى « بالعائشية » فهى
فرع من الجمعيات المحمدية ،
ولكل جمعية وحزب فرع
للسيدات ينهض فى تثقيف
ونشر المبادئ التى ترمى اليها
ومن اعتناق المرأة للمبادئ
السياسية ، ونضالها فى
تحرير البلاد قد سجنحت منها
كثيرات كن مثال التضحية
والثبات • وقد زج منهن



صلى ما أفسد الصيف

انخساف الحاجبين :

تصاحب هذه الحالة عادة هبوط ركنى الشفتين ذلك لانها تنتج عن نفس السبب الذى ذكرناه أعلى .

ولكى تعالجى هذه الحالة حركى عضلات الحاجبين . ارتكزى باصبعى يديك تحت كل حاجب واغمضى عينيك مع تقطيب الحاجبين ومقاومة مجهودك هذا بواسطة أصابعك . ثم اريحي عضلاتك بحيث تعود الى وضعها الطبيعى قومى بهذا التمرين عدة مرات صباح مساء .

وان أردت أن تقوى شعر الحاجبين فرشيه صباح مساء بفرشاة صغيرة جافة مغموسة فى كحول .

الحذان المجوفان :

انفخى خديك قدر ما تستطيعين ثم امتصيهما الى الداخل . قومى بهذا التمرين ثلاثين مرة صباح مساء .

الحذان المتهدلان :

اضغطى على فكك بقوة ومطى شفتيك كما لو كنت تريدان الابتسام . اركزى بيدك على خديك . افتحى فمك عندما تعيدان قفله مع الابتسام قومى بحركة صغيرة براحة اليد متجهة الى السالفين أعيدى الكرة عشر مرات .

على الكتف اليمنى عشر مرات أيضا . أعدى رأسك الآن واجعلى فكك يضغطان على بعضهما لتتشابك عضلات الرقبة ثم أرخى فكك بالتدريج . أعيدى هذا التمرين عشر مرات . واذا ما انتهيت من هذا التمرين اضربى دائرة وجهك بظهر يدك أو بفوطاة مبللة بماء هبوط ركنى شفتيك :

لا شئ يجعلك تبدين كبيرة السن أكثر من هبوط ركنى الفم . ويكون العلاج فى غالب الاحيان معنويا أكثر منه جثمانيا . كونى اذن متفائلة وابعدى عنك الاوهام وكل ما من شأنه تعكير مزاجك واكتئابك . قومى بعد ذلك بالتمرين الآتى : ادخلى سبابتك بعد غسلها فى فمك . اجتهدى فى قفل شفتيك بينما يجتهد اصبعك فى ابعادهما عن بعضهما وعندما تتوصلين الى فتح فمك اقفليه ببطء بينما يجتهد اصبعك فى الحيلولة دون ذلك . وفى أثناء أداء هذا التمرين دلكى برفق وبطريقة دائرية الحد من الداخل بطرف الاصبعين قومى بهذا التمرين لبضع دقائق صباح مساء .

هاهو ذا فصل الخريف يعود الينا بجوه الصافى المعتدل ليعطينا فرصة نعيد فيها النظر على بشرتنا التى لا بد أن أثر فيها فصل القيظ .

انتفاخ الاجفان :

ويصحبه عادة ظهور الجيوب تحت العينين . وسبب هذه العلة الكبد التى تتأثر بالحر أو الكليتان لذا وجب عليك أن تعرضى نفسك على طبيب الاسرة . ويمكنك بعد ذلك أن تلجئى الى العلاج التالى :

ابرشى تفاحة نيئة ضعيفا على قطعة من الشاش ثم ضعيفا مباشرة على العين لمدة ربع ساعة . أعيدى هذه العملية لمدة خمسة عشرة يوما تحصلى على نتيجة مرضية . جربى أيضا هذه الطريقة : ضعى حول عينيك كريمسا دسما ثم اغمضيهما مع الضغط وافتحيهما ببطء . قومى بهذا التمرين صباح مساء .

الدقن الغليظة :

أعيدى رأسك الى الخلف . افتحى واقفلى فمك ببطء عشر مرات . أدبرى رأسك من اليسار الى اليمين وبالعكس عشر مرات . أميل رأسك على الكتف اليسرى ثم

فى السجون كل من السيدات رسونة سعيد ، وتريمورتى التى وضعت طفلها فى السجن وغيرهما من فتيات النهضة اللاتى أخذن مكانة الصدارة فى تاريخ البلاد .

لهذا تطالب المرأة دائما بكامل حقها فى الحياة العامة ولم تستطع أيام هولادة الاستعمارية تحقيق هذه الاغراض السامية ، لانها لن ترضى للامة النهضة ، حتى ما كانت تعطى لرجال أندونيسيا وافر حقوقهم .

أما وقد جاءت الجمهورية الفتية بجديد الامانى ، وسمو الاغراض ، وأوفر الحقوق اعلاء لقدر الامة بكامل أفرادها فى اسعاد الوطن ورفع شأنه ، فما كان منها الا أن اخذت بأبناء الوطن رمز الوحدة فى تأليف الدستور والحكومات ، فوحدت الصفوف ، وأعطت للمرأة حقوقا تسامت بها الى حدما للرجال من حقوق ، لتكون أسرة مألوفة فى نظام الحكم فتولى من النساء وظائف عدة فى فترات مختلفة فمنهن المحاميات والطبيبات ، وظهرت كثرات فى الميدان الدولى والسياسة العامة كنائبات ومنسوبات سياسيات فى المحافل العالمية

ورغم هذه المساواة فى الحياة العامة ، لم نجد فى المرأة الاندونيسية التقصير فى أداء الحقوق الزوجية بل هى زوجة ترعى شئونها المنزلية حق رعاية ، وتدير المصالح الزوجية على أحسن وجه . فهى أم تربي أولادها باخلاص ، طائعة مدبرة ، مسيطرة فى منزلها ، تنفق بعقل واقتصاد ، وقد يعد عارا ان تكون المرأة غير عارفة لشئون التدبير المنزلى ، فيجب أن تكون طاهية وحائكة ، ومنظمة ومراعية للمطالب الزوجية .

فؤاد محمد فخر الدين

مشكلة الجوارب

ونحن نقدم
لهن بعض
النصائح المفيدة
الخاصة بهذه
المشكلة بالذات

♦ الجوارب بدون
الحياطة الخلفية تظهر
الساق بدينة

♦ اقصى الجورب جيدا
قبل شرائه وتأكدى من سلامة
خيوطه .

♦ لا تشتري الا الجوارب
ذات الكعوب المربعة وابعدى
عما يخالف ذلك .

♦ اياك وشراء جوارب
أصغر أو أكبر من حجم قدمك
فان الجوارب التى لا تكون
من مقاسك تبلى بسرعة .

♦ تحتم عليك موضة هذا
العام لبس الجوارب من لون
البشرة .

♦ احصى كل الحرص على
جواربك أثناء خلعها ولبسها .
البيسها نظيفة دائما واياك
أن يحتك حذاءك بها أثناء
سيرك فتتسخ .

اغسلى جواربك بالطريقة
الآتية: جهزى ماء وأذيبى فيه
شيئا من الصابون . ضعى
فيه الجورب وادعكيه دعكا
خفيفا الى أن يصبح نظيفا .
اشطفيه بعد ذلك عدة مرات
الحرارة .

هى مشكلة كل يوم بل
كل ساعة ودقيقة . هى هم
المرأة بالليل والنهار . اذ
لا تستطيع أية سيدة أن
تستغنى عن لبس الجوارب ان
كانت من اللواتى يهتمن
بحسن المظهر واناقة الملبس
لقد اتفقت السيدات فيما

بينهن على عدم لبس الجوارب
فى فصل الصيف لا تأنقا كما
يبدو خطأ للبعض بل توفيراً
لجزء كبير من الميزانية يخصص
لشراء بضعة أزواج من
الجوارب لا تلبث أن تبلى
وكيف لا تبلى بسرعة وهى
مصنوعة من خيط أشبه
ما يكون بخيط العنكبوت
نعم لقد استطاعت المرأة أن
تجد حلاً لمشكلة هذه الجوارب
الملعونة فاستغنت عنها فى
فصل أو فصلين من فصول
السنة . ولكن هل استطاعت
ذلك فى فصل الشتاء وفى
السهرات والحفلات ؟ ان هذا
السؤال ليس فى حاجة الى
جواب بدليل أن صناعة
وتجارة الجوارب تنشط فى
هذا الفصل من كل عام وتبادر
كل سيدة الى انتقاء ما يروقها
منها وقد رأينا ونحن فى مستهل
هذا الموسم أن نساعد قارئات
بنت النيل فى اختيارهن
جواربهن .



أصابك تكس جماد باستعمال طلاء الأظافر كوتكس

يمكنك أن تكسى يديك قدراً
أكبر فى الجمال باستعمال طلاء
الأظافر السحر كوتكس
الذى يدوم طويلاً .

إن كوتكس يصنّف على
ثيابك برقيقاً جميلاً كما أنه سهل
الاستعمال قوى الاحتمال،
لا يتقشر ولا يتشقق ! .

وكوتكس ليس مرتفع الثمن
ولذا يمكنك الاحتفاظ بعبوة
ألوان ... ليتناسب مع كل منها
لون الفستان الذى تفضليه

كوتكس
أشهر طلاء للأظافر
فى العالم



4-6

انضموا الى

نادى اتحاد بنت النيل

يفتح ابوابه فى ٢١ نوفمبر ١٩٤٩ - ١ شارع ابن ثعلب بجوار فندق مترو بليتات بقصر النيل

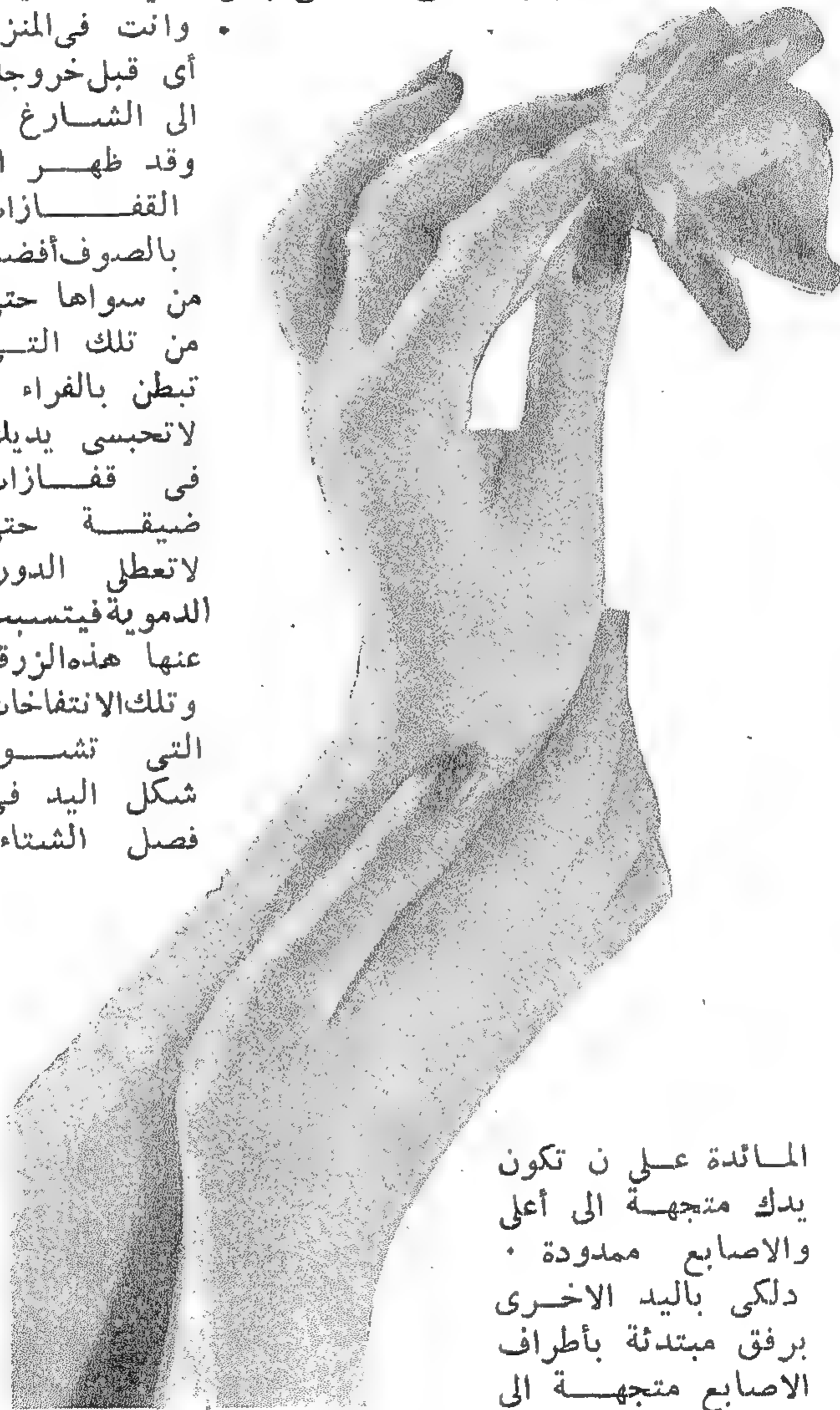
يديك في الشتاء

كثيرا ما نشكو في الشتاء من أيدينا . فهي تارة حمراء وتارة متورمة أو زرقاء . ولعلك تعلمين ياسيديتي ان جمال اليدين خير اعلان عنك ، ومن الناس من يرى جمالك في يديك قبل ان يراه في انفك أو أذنيك ، فإذا بدت اليدان وعليهما ورم أو فيهما مميزة غير طبيعية أو مالت الى الزرقة القى الناظر تبعه ذلك على اسباب متباينة ، فقد يعتبرونك مريضة أو يرون ان الزرقة دليل كبر سنك والعيذ بالله!! فهل تعلمين اسبابا لهذا الاضطراب البادي في جمال يديك ؟

وسبب هذا كله عدم انتظام الدورة الدموية . ولعلاج هذه الحالة عليك بوضع يديك في ماء ساخن ثم في ماء بارد كل مساء قبل الذهاب الى الفراش . خذي وعاءين واملئي أحدهما بماء ساخن جدا واملئي الآخر بماء بارد . ضعي يديك في الماء الساخن وأتركيهما بدون حركة لمدة ثلاث دقائق ثم ضعيهما في الوعاء الآخر لمدة دقيقتين . ارفعيهما واغمسيهما في الماء الساخن ثم في الماء البارد . أعيدي العملية أربع مرات مع الحرص على إعادة تسخين الماء . نشفي يديك جيدا . وان انتفخت يداك بسبب البرودة وأردت علاجهما استعيزي بالماء الساخن ماء دافئا مضافا اليه دقيق

الخردل . اتركي يديك فيه الى ان تشعرى بانك في حاجة ملححة الى حكهما لتغمسيهما في الماء البارد وهكذا . . . قومي بعد هذا الحمام بتدليك يديك على النحو الاتي : استندي بكوعك الى

يدك الاخرى بنفس الطريقة واذا ما انتهيت من هذه العملية ادعكي يديك بالكحول المزوج بالكافور ولسوف تشعريين بحرارة شديدة وبتنميل خفيف في جميع اجزاء اليد حتى أطراف الاصابع . ونحن نوصيك اخيرا أن تتخذي حيلتك عندما تزمعين الخروج في يوم بارد بالا تنسي لبس قفازيك . ضعيهما . وانت في المنزل أي قبل خروجك الى الشارع . وقد ظهر ان القفازات بالصوف أفضل من سواها حتى من تلك التي تبطن بالفراء . لا تحبسي يديك في قفازات ضيقة حتى لا تعطل الدورة الدموية فيتسبب عنها هذه الزرقة وتلك الانتفاخات التي تشوه شكل اليد في فصل الشتاء



المائدة على ن تكون يدك متجهة الى أعلى والاصابع ممدودة . دلكي باليد الاخرى برفق مبتدئة بأطراف الاصابع متجهة الى المعصم . دلكي الان

فصل أنت أيضا



استعمل من كريم كرمين الجردون أو دودونوف

كريم أودورونوف الجديد يوقف العرق والرائحة بأمان لمدة ثلاثة أيام

إن كريم أودورونوف الجردونوف أنقذك طوال تدرية أيام ويوقف عرقه بطريقة فعالة . . . وزيادة على ذلك فهو يوفر لك أيضا الوقاية من الزرقة التي ينشأ بها « هاليجين » منضم الحارث لمركبه التي يمنع رائحة العرق . فهو لا يهيج الجلد . وبأمر من يهي أن تمكسه استعماله بعد الحلاقة . . . يزيل ناعما ألمس الى نهاية العملية . ولا يجب حتى ولو تركت لفظا مرفوعا . جربي أودورونوف . نو اننا نقصاري وصوالمفضل وميكسه للحصول عليه على هديه هائل أيضا .

إذا استعملت كريم كرمين أودورونوف ضمنت الوقاية لمدة ثلاثة أيام



الاشتراك السنوي ١٠٠ قرش ٥٠ قرش للطلبات

تقبل الاشتراكات من الساعة العاشرة للواحدة ظهرا ومن الخامسة الى الساعة مساء

استوری نشانك



ولائتی بناقات ..



رسالة لشر

عزيزتي بنت النيل

... لي من العمر ثلاث وعشرون سنة أما هو ففي الثامنة والعشرين .. تعرفت به في أحد المصايف المصرية عن طريق أسرتي ... ان ما جعلني أميل اليه هي مسحة الحزن التي تبدو على وجهه ... تحدثنا معا فكان حديثه عذبا شجيا خاليا من كل تكلف ، بعيدا عن الاطراء الذي يصطنعه شباب هذا الجيل ان أرادوا غزو قلب فتاتهم ... تقابلنا بعد ذلك في مناسبات وكانت كل مقابلة تزيدني شغفا به . وقد أخبرتني صديقة تعرف أسرته انه فقد والديه في سن مبكرة فكفلته خالته وربته هو وشقيقته الصغرى وقد احتملا شظف العيش لقلة ذات يد الحالة ولضالة الارث الذي تركه الوالد مما اضطر صاحبنا الى عدم اتمام دراسته والتحاقه بعمل يرد عنه وعن أخته صروف الدهر .. انه على الرغم من فقره عزيز النفس ، شديد الكبرياء ، يعمل ما في وسعه لاختفاء حالته عن أقرب المقربين اليه .

لم يمض على تعارفنا وقت طويل حتى فهمت انه يحبني ثم ما لبثت احدي صديقتي ان أخبرتني انه باح لها بحبه لي .. لا تخيلي ايتها العزيرة كم كان سروري عظيما بهذا النبأ فقد كنت أنا أيضا أشاطره هذا الشعور النبيل . ولكن أعرف للأسف انه لن يجرؤ أبدا على أن يصرح لي بهذا الحب لاني غنية وهو فقير . وهأنذا أبعث اليك بهذا الخطاب لتزوديني بنصائحك . انني في يأس ليس بعسسه يأس . أأخطو الخطوة الاولى وأكاشفه بحبي له ؟ اني أترك ذلك لحسن تقديرك ... س . ع . د

ان كنت متأكدة يا آنستي من حبك له ومن حبه لك فلا أجد مطلقا ما يدعو الى هذا التردد . تزوجيه مهما يكن ثراؤك ومهما يكن فقره فالمال لا ينبغي أن يكون عقبة في سبيل سعادتكما . وكما يجمع الزواج بين قلبي الشخصين فانه يمزج مالهما ويلقى ستارا كثيفا على الماضي .

ان العقبة الحقيقية التي تعترضك هي عدم جرأته على طلب يدك من ولي -أمرك . يمكنك في هذه الحالة أن تكلفي صديقتك التي أخبرتك بحبه أن تنقل اليه شعورك نحوه وتؤكد له انك لن ترفض طلبه أن تقدم ليطلب يدك من ولي أمرك وانك ستعملين من ناحيتك على اقناع من يعارض هذا الزواج من أسرتك .

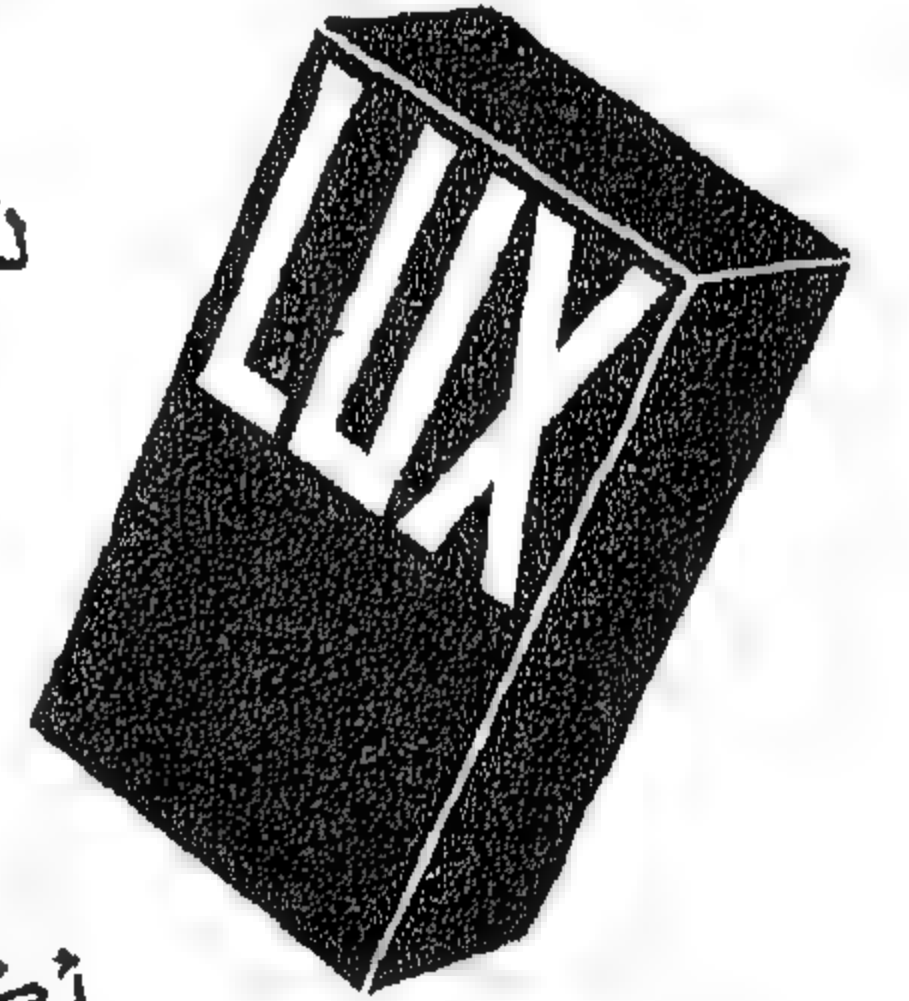
ويحسن - قبل أن يتقدم الى خطبتك - أن يكون التحدث عنه عند من بيدهم الحق في تقرير مصيرك أو رعاية مستقبلك ، على مرات ، فمرة تبدين اعجابك بأدبه ، وأخرى تديعين فيها قوة خلقه ، ومرة ثالثة تبينين لهم انك لا تشعرين بثقة في رجل أو راحة الى رجل مثلما تشعري بها نحوه ، حتى يحسوا عند طلبه انك في صفه .. وقد يكفي هذا ...

بنت النيل



الفانلات الصوف تدوم طويلاً .. إذا غسالت في لوكس

لكي تحمي فانلاتك الصوف من تلفها بالحرث ، اغسليها باستمرار في لوكس المذاب في الماء البارد . ان لوكس يحفظ جميع ملابسك الصوفية رقيقة وجديدة ، إنه جيد للغاية استعمل لوكس من اليوم . إنه أضمن طريقة في الغسيل .



X . LX . 660 . 285

A LEVER PRODUCT

اطلبي من البائع
الكتكوت مع بنت النيل



ها قد عادت دور الازياء فى باريس لتحمل حملة شعواء على ما ابتكرته هى نفسها فى العام الماضى ولتطلع علينا هذا الموسم بزى جديد يساير العصر الذى نحن فيه • ان كل شىء فى هذا العصر يسير بسرعة • فالناس يسرون فى الطرقات بسرعة والحياة نفسها تسير بسرعة والموضة تسير بسرعة • فقد قطعت فى مرحلة سنتين شوطا كبيرا منذ أن طلعت علينا بالنيو لوك العتيق •

ونحن لا نطلب اليك يا سيدتى الا أن تسايىرى عصرك بأقل ما يمكن من التكاليف فان الاناقة مسألة ذوق أكثر منها مسألة مال • ويجب أن نبادر فنطمننك على أن موضة « منتصف القرن العشرين » كما يسميها مبتكر الازياء كريستيان ديور لم تتغير تغيرا كبيرا عن تلك التى ابتكرها فى العام الماضى • فجاءتتك الفضفاضة وفستانك الواسع اللذان ارتديتهما فى العام



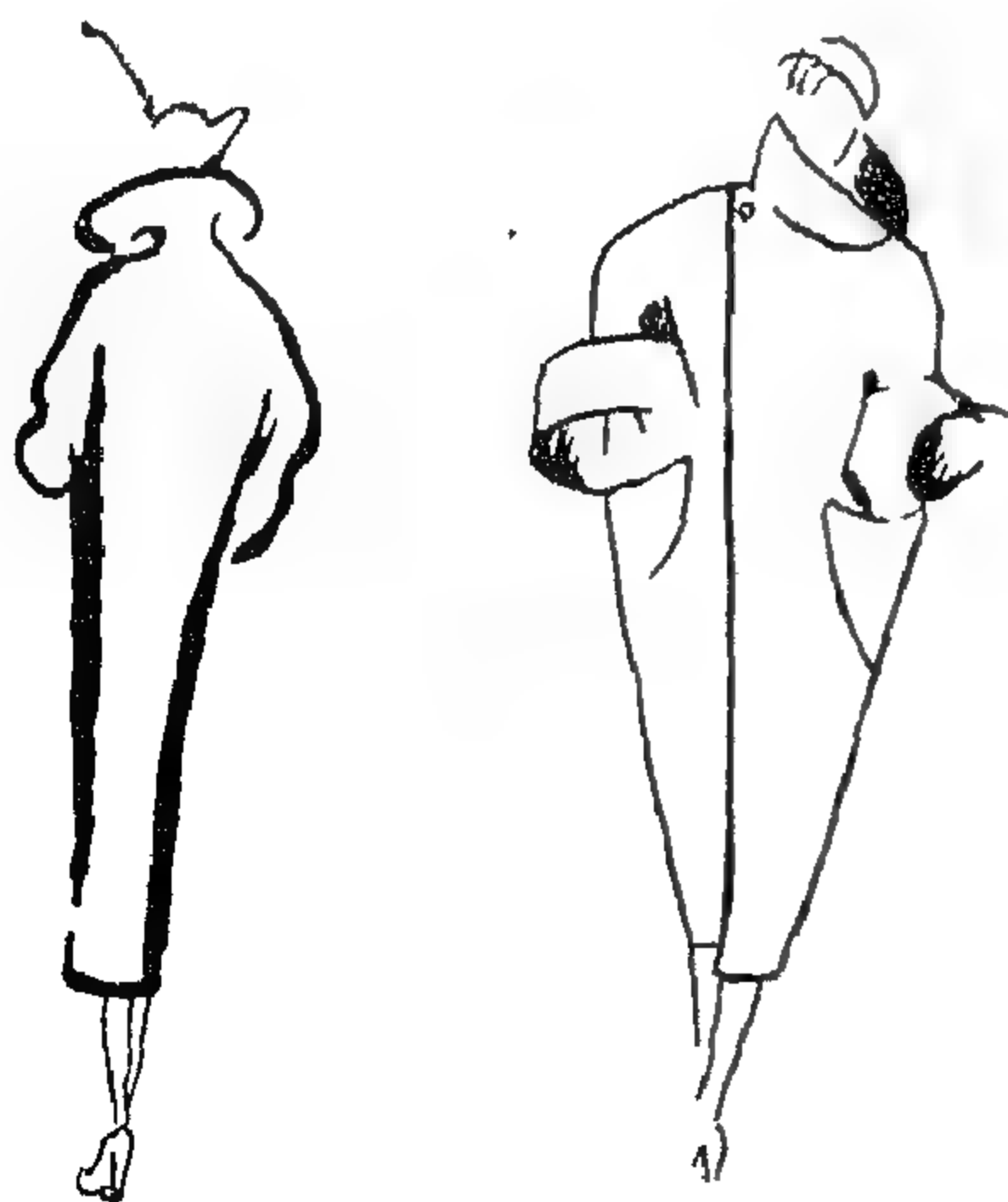
الماضى ما زالا صالحين للبس • فما عليك الا أن تقصرى لاورليه وتضيقي الجونيلة وتقللى من اتساع خياطات الجاكيت • وتضيقي حزامك • اجعلى قميصك وجاكتك على شكل البلوزات • وهأنت ذى ترين أن الموضة لم تتغير تغيرا كبيرا من حيث الشكل • ان جواربك اتخذت لون بشرتك وقل حجم ردفيك • وها هى ذى موضة هذا العام تحتج عليك قص شعرك قصيرا والتقليل من بوكلاته لتظهرى أصغر مما أنت بعشر سنوات •

وتسأليننا الآن كيف استطاع الحائكون أن يخلقوا زى هذا العام ؟ فنجيبك بأنهم بدأوا بالصدر فعرضوه وعرضوا الاكتاف أيضا • أما الخصر فتركوه فى مكانه بعد تضيقه • وركبوا الاكمام أسفل موضعها وزموها عند المعصم واختفت الاكمام التروكار والاكمام القصيرة فهى



١٩٤٨

سنة عام
١٩٥٠



اما طويلة واما مختفية تماما،
وان نزلنا الى الجونية
المنما صيفة ولكن سهلة
اللبس وارتفع ذيلها عن
الارض بمقدار ٣٦ أو ٣٧
سم . فاذا انتقلنا الى
الاقمشة وجدناها من ذات
الوبر أو السمكة ان
كانت للمعاطف ، ومن
القطيفة ان كانت للفساتين
ومن الغريب أن تعود
الزوايا والمثلثات الى
الظهور في حلبة أزياء
هذا العام فنرى على شكلها
أطراف الفستان والياقات
وهيا معى نزور الآن
مجموعة كريستيان ديور
لقد أراد لها طابعا يميزها
عن غيرها . انه يلقي
بأزيائه في باريس
فتسابق بيوتات الأزياء
في العالم لاقتنائها
والاقتباس منها ان أمكن،
لقد استطاع خالق الموضة
في باريس أن يبيع ألفا
ومائتي فستان في ظرف
أسبوع واحد . وها هو
ذا يطلع علينا أخيرا
بمجموعته السادسة التي
تحتوي مائة وثمانين فستانا
كلها بأفكار جديدة . وقد
اختارت مندوبتنا في
باريس ما راقها من هذه
المجموعة وأرسلته إلينا
وقد أوصتنا أن نحذر
قارناتنا من الوقوع في
الخطأ الذي تقع فيه معظم
نساء العالم ألا وهو
الاندفاع وراء الموضة
الجديدة دون قيد ولا



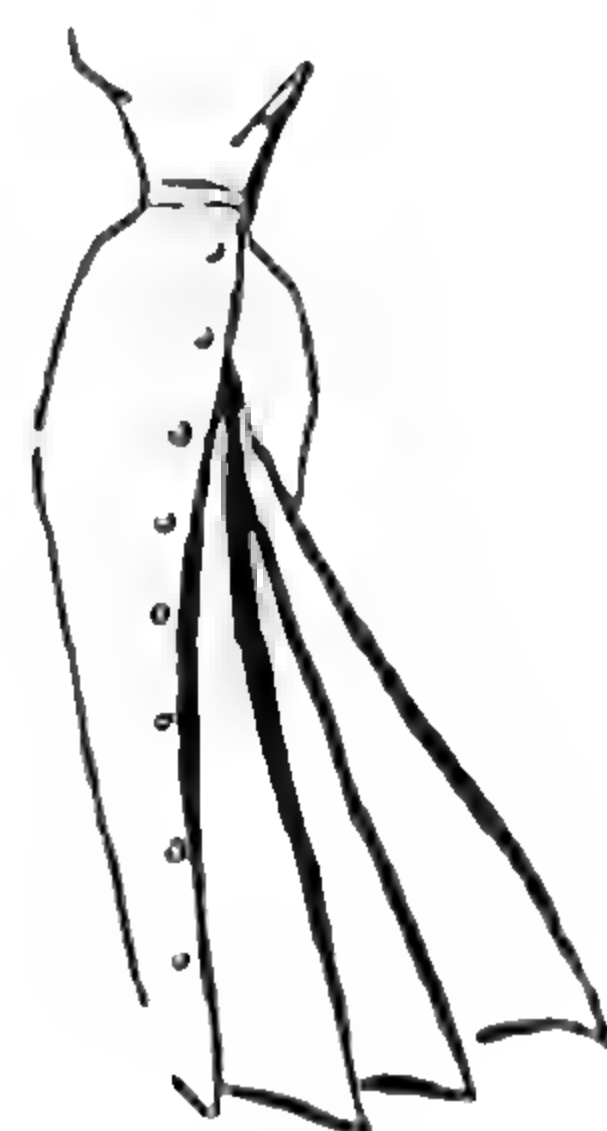
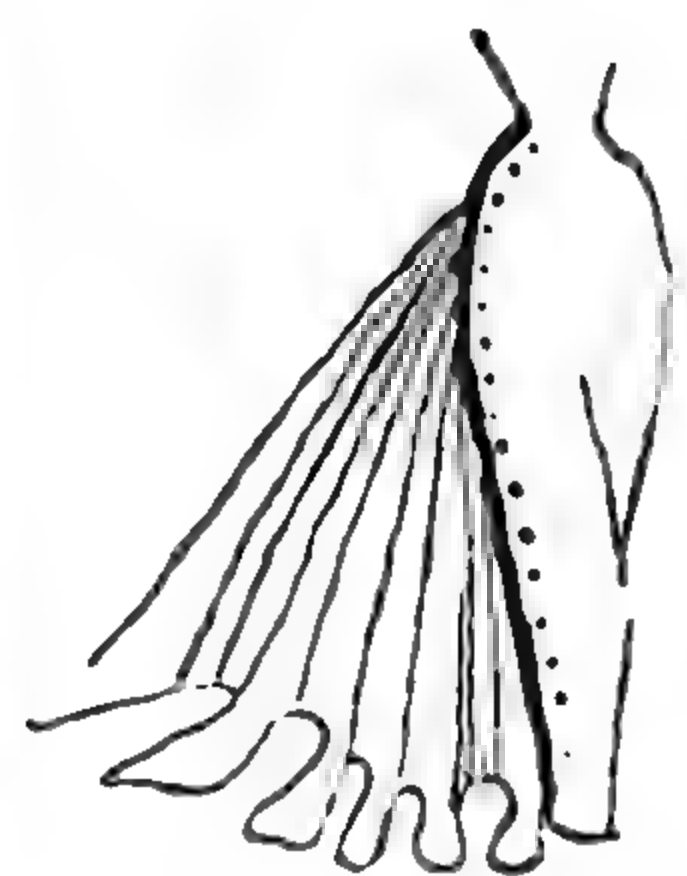
فستانان من الصوف وقد حلى ظهر أحدهما بصفيين من الأزهار
السوداء . أما الفستان الثاني فيمتاز بجونلة ضيقة من أسفل



شرط . لا شك أن الزى
الجديد جميل ولكننا لا
نضمن أن كل ما جاء فيه
يوافق كل الاحجام .
فكرى يا سيدتى مليا
قبل أن يستقر رأيك على
واحد من هذه الازياء .
تعالى معى الآن نتصفح
بنت النيل فقد يعجبك
أكثر من فستان لاننا كنا
فى اختيارنا حريصين كل
الحرص على تقديم ما يليق
بقارئتنا .

وهذه الموديلات تلزم لها
أقمشة أنيقة وتوجد فى
المحلات الكبيرة كمحلات
الصالون الأخضر مثلا .
لقد قمنا يا سيدتى
بنصيبنا وبقى عليك أن
تقومى بنصيبك فلا
تنتقى الا ما يناسبك والى
اللقاء فى الموسم القادم .

أطلق جاك فاته على هذا الفستان اسم « العاصفة »
وهو مصنوع من الصوف وقد زرر من أعلاه الى
أسفله بهذا الصف من الازرار





مبتكر هذا التايور الانيق مبتكر الازياء
المعروف رافائيل وقد حلّى بالقטיפه السوداء.

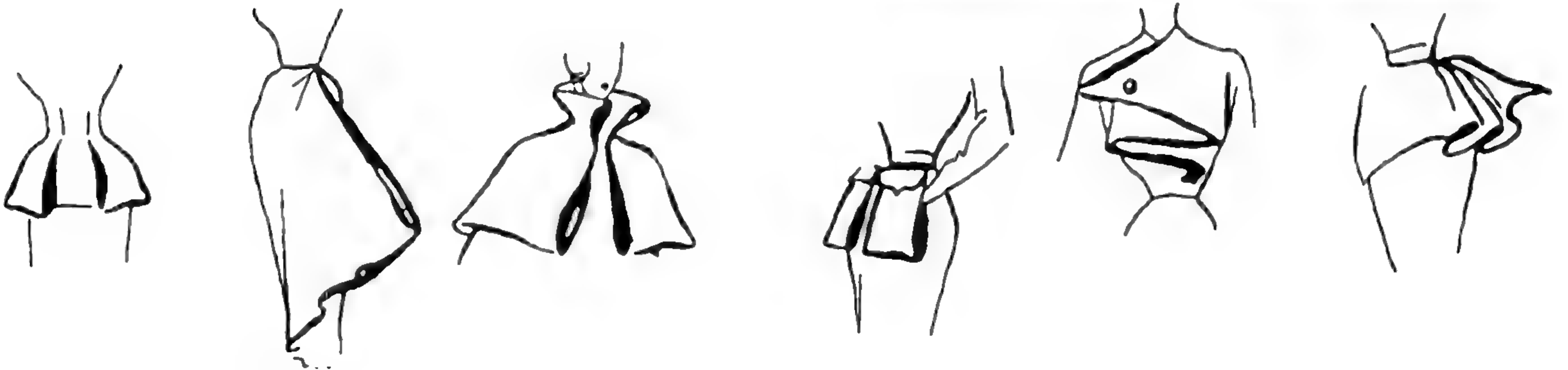


معطف من الصوف البنفسجى محلى
بالاستراكان صنع الكس ماجى



فستان من الصوف الاحمر بشنيه عند الظهر •
ابتكار بير كلارانس

فستان من الصوف محلى بمجموعه من الازرار
الحزام من الجلد البوكس الاسود





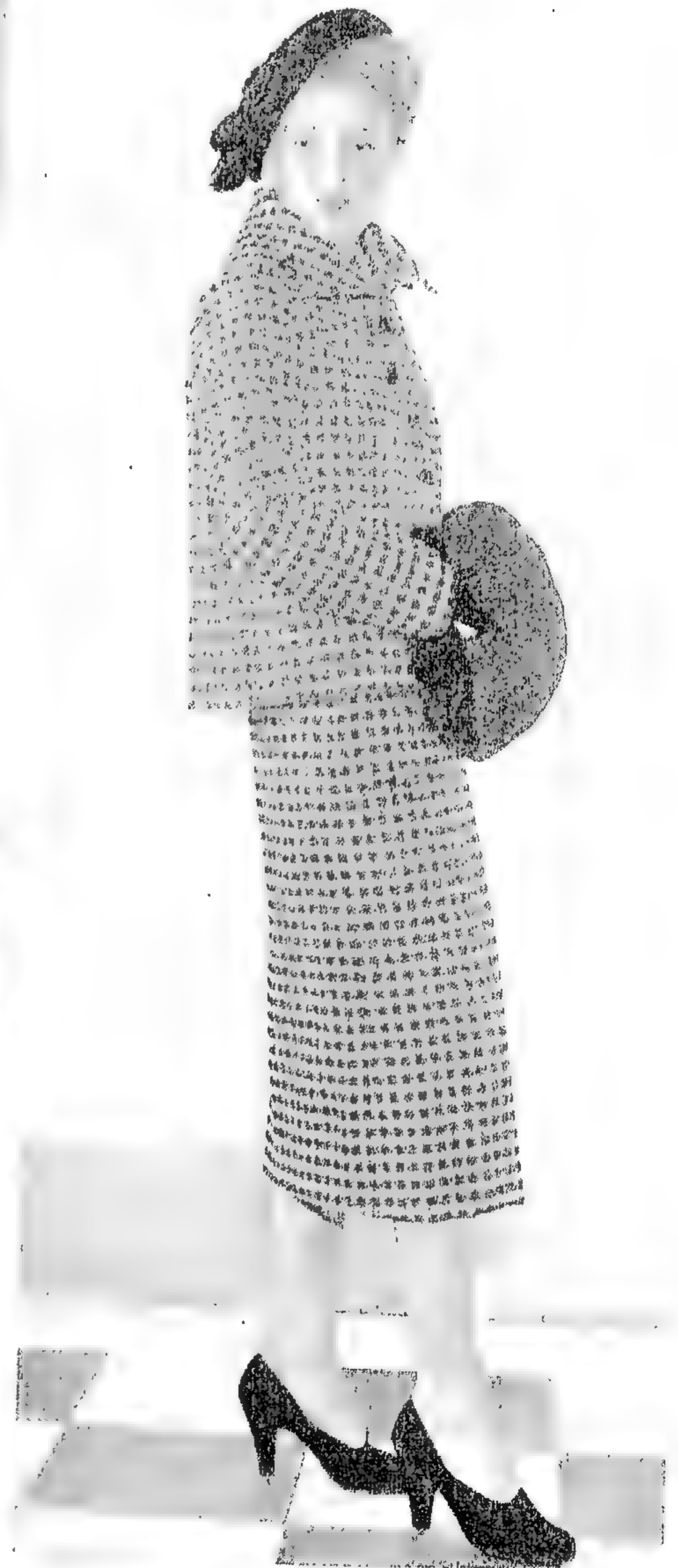
فستان اسود من الساتان المنقط وقد
حليت الياقة بعقدة كبيرة • أما الجونيلة
فبشنيات مجوفة • ابتكار بيير كلارانس



فستان من الصوف الاسود • بجونيلة
تظهر وكأنها من طبقتين • ابتكار
بيير كلارانس



« اليز » فستان من الفاي الاسود •
الجونيلة على شكل الفاز • الاكمام
ترواكار • ابتكار بيير كلارانس



« بول مول » معطف من الصوف الاحمر
مجل بالاستراكان • ابتكار صانع
الازياء المعروف الكس ماجي

تاير يلبس في المدينة وعند الذهاب
الى النادى • الجاكيت قصيرة والجونيلة
ضيقة



ما زالت الموضة تجرى وراء الاقمشة الايكوسيه
 وها هي ذي عادة باريسية ترتدى هذا الفستان
 المبتكر

← لقد ابتكر بيير بالمان هذا الفستان وأراد به أن
 يقلد الطراز الصيني فالبس صاحبه هذه القبة
 المبتكرة



فستان للسهرة بديكولتية
وبجونية منتفخة مزينة بهذه
الكشكشة المعقدة وهو من اللون
الاسود

ان هذه الياقة المبتكرة من صنع
روبير بيجيه وقد حلت صاحبتها
جيدها بهذا العقد الجميل





فستان للمساء من الموسلين
الابيض المحلى بورق اللبلاب
ابتكار بير بالمان

ان هذا التايير الجميل المصنوع
من القماش المحلى بالترتر من
ابتكار جاك فاته



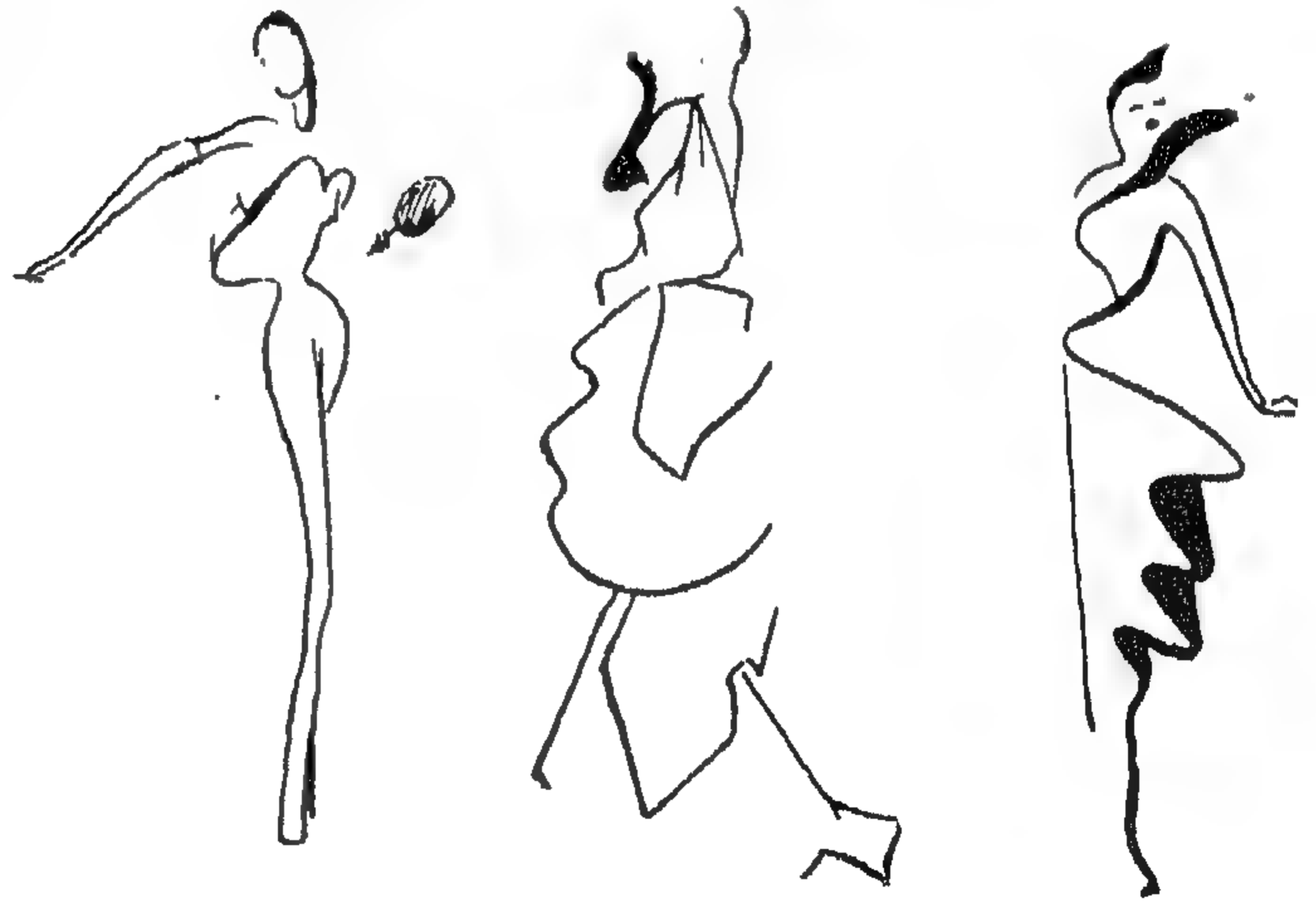
يعود بنا هذا الفستان الى العصور الوسطى
بديكولتيه العريض وبكميه الطويلين الضيقين
وبجولته العريضة



فستان للسهرة ابتكار مولينو على
هيئة زهرة وقد حلت صاحبته جيدها
بعقد مبتكر من الماس ولم تنس أن
تضع خلخالاً حول أسفل ساقها



فستان للسهرة من الفوال الوردي أو البنفسجي الفاتح
وقد حلت الجونلة بمجموعة من الزهور الذهبية والفضية



بلنسياجا فستان للمساء وقد حلّى بهذا العقد الذى
يبلغ ثمنه مائتى ألف دولار

فستان للسهرة من اللون الازرق من ابتكار
كرستيان ديور وقد صنعت الجونيلة على شكل
المقص واستعاضت صاحبتة بالاكمام هذا القفاز
المبتكر





- ♦ بالطو من الصوف ذو مربعات رمادية غامقة ورمادية فاتحة وقد فصلت أكمامه على هيئة كاب وأطلق عليه مبتكره مود وفانو اسم «ضربة الريح»
- ♦ مجموعة من الصوف الرمادي ابتكار مارسيل دورموه أطلق عليها اسم «المربعات»
- ♦ قدم بيير بالمان هذا المعطف ذا الياقة العالية التي حليت من الداخل بالاستراكان • والمعطف من صوف الجمل •
- ♦ معطف أسود ابتكار مولينو على شكل مظلة • الأكمام كيمونو
- ♦ معطف فضفاض من الصوف الثقيل ويمتاز بياقته العريضة وباتساعه •



قُبَعَات

لقد أرسلت صانعة القبعات الشهيرة السيدة جيرمين لجرو هذه المجموعة الفريدة التي تتحف بها موسم الازياء بباريس هذا العام • ومن الملاحظ أن الربش هو الحلية الوحيدة التي استخدمت لتزيين هذه القبعات فيما عدا الاولى وقد اكتفت





١٩٥٠

مبتكرتها بتلك الشريطة المخططة المقواة
فأكسبتها جمالا فوق جمال • والقبعات
جميعها تكشف عن الجبين وجزء من مقدمة
الرأس • لذا يتحتم على لابسات هذه
القبعات أن يصفقن شعورهن بطريقة
تجعل من القبعة والشعر جزءا لا يتجزأ



تسريحات

قد تعجبين لهذا العنوان وتتساءلين كيف يكون للشعر موضحة ؟ لقد أراد اصحاب صالونات الحلاقة ببـاريس أن يتتبعوا خطى صانعي الازياء ومبتكريها وراوا أن من حقهم أن يفرضوا ارادتهم على رؤوس السيدات بقص شعورهن وتقصيره لجعله أقرب ما يكون من شعور الرجال . لقد شئت ارادة الحلاقين أن تخفف على امرأة القرن العشرين مهمة تصفيف شعرها وتسريحه . ان سيدة عام ١٩٥٠ أصبحت تشارك الرجال في كل شيء فهي تذهب الى عملها كل صباح وليس لديها من الوقت متسع تزين به رأسها . ان هذه الموضحة الجديدة ستستقبل من طالبات الجامعة ومن المدرسات ونسائنا العاملات بكل ترحاب .

وها نحن أولاء نقدم على هاتين الصفتين تسريحتين في غاية من البساطة . وقد اعتمد صاحبهما على فرق الى اليمين وعلى بعض العقسات الخفيفة . أما الشعر فهو لا يصل الى أكثر من نصف الرقبة .

وكان مبتكر التسريحة الثانية قد لاحظ بساطتها

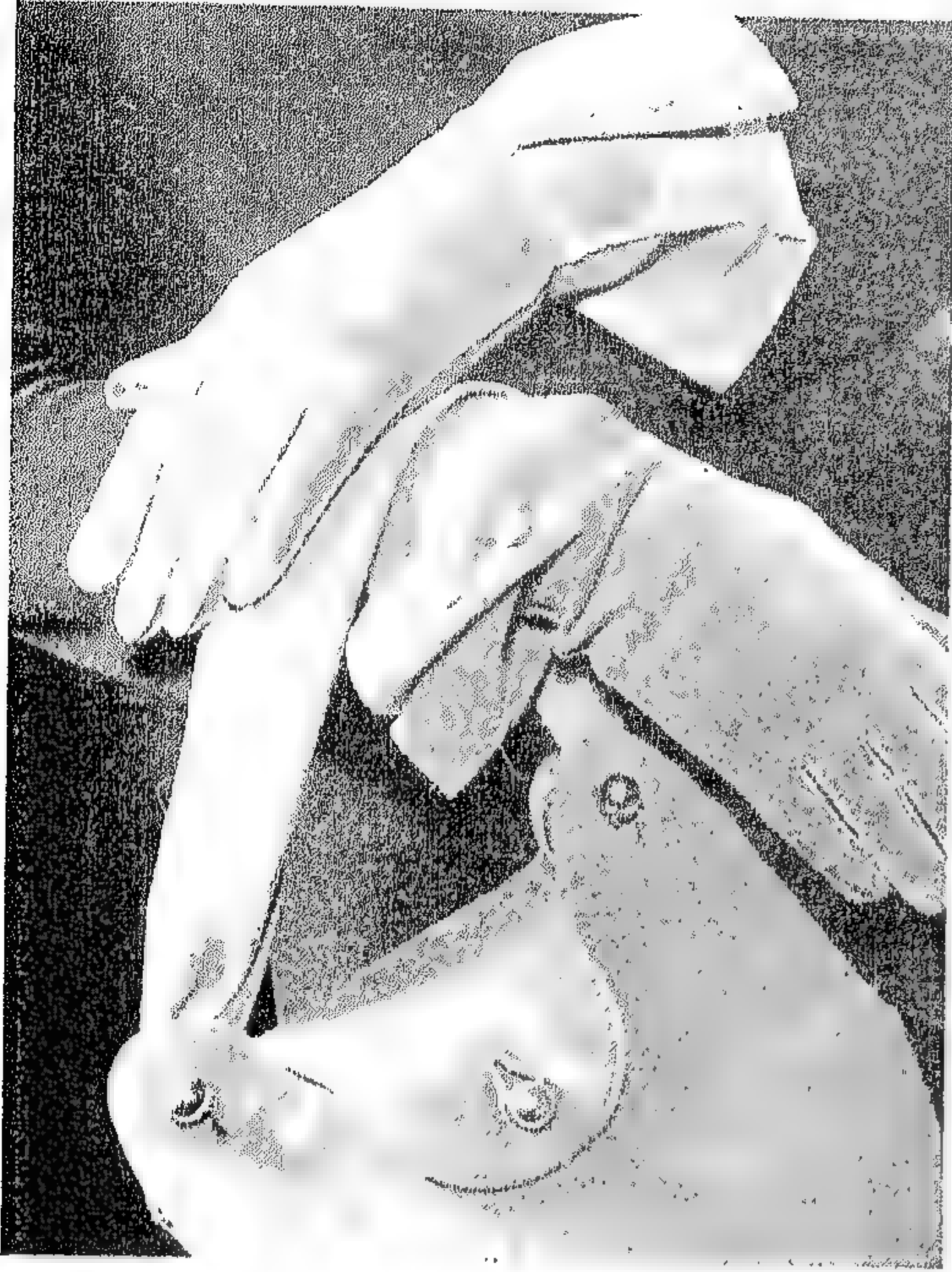


١٩٥٠

فاعتمد على شيء خارجي وهو
هذا البوكل المرصع بالاحجار
الصناعية • على أن هذه
التسريحة الأخيرة لاتصلح الا
للحفلات الساهرة والحفلات
الرسمية •

وعلى أي حال فنحن
نوصيك يا سيدتي بالتفكير
جيذا قبل عمل أية تسريحة
من هاتين التسريحتين أنهما
توافقان شكل وجهك •





↑ لقد عاد الرمادي الفاتح الى الظهور • وان هذه المجموعة التي تزينها معروضة عند جاك فاته • والحقيبة والقفازان من الشامواه الرمادي وقد حليت بأزرار رمادية غامقة



→ لقد وضعت مبتكرة الازياء جان لافورى على جيب هذا الفستان الذى يرتدى بعد الظهر رؤوس فئران ثلاثة طرزت بأحجار سوداء • أما القفازان فمن طراز مبتكر

مستلزمات الطوفان



ان علبة البودرة المبتكرة هذه ذات الغطاء الموضوع عليه بوصلة من صنع الفنان هنرى

أما هذه الغادة الحسنة فقد أمسكت بيدها علبة بودرة على هيئة قرص أرقام التليفون

ابتكر علبة البودرة هذه الفنان هنرى وقد صنعها على شكل هيئة تسريحة ذات أرجل تشنى وتقرء عند الطلب

كل بحبك الرجال

هل تحلمين بالحب؟؟ لا تخجلي يافتاتي من الاعتراف فالحب حقك الطبيعي منذ كانت الدنيا ولكن هل سالت نفسك ما الذي تبتغينه من وراء علاقتك بأى فتى من الفتيان؟

ان الحاجة الى الحب شعور طبيعي زودت به الطبيعة قلب كل انثى ولكنه يتكيف بشخصية كل امرأة واهدافها في الحياة واخلاقها عامة، وقد يكون الحب رغبة جسدية وقد يكون حاجة نفسية او احساسا روحيا والفتاة التي تعتقد انه لا سبيل للسيطرة على قلب الرجل الا عن طريق المظهر الجذاب تنفق الجزء الاكبر من نقودها على مواد التجميل والمثل الاعلى للانوثة في رايها هو الجسد الذي يثير الإعجاب واهدافها في حياتها هي القوام الملفوف والخصر النحيل والصدر النافر والشفاه التي صنعت للقبل والسيقان المنسجمة والبشرة الحلوة الباسمة...

ان كل هذه الاشياء تفتن الرجال حقا ولكنها لا تفتنهم جميعا ولا تبقى فتنتهم بها طويلا، والبعض منهم لا يابى لها كثيرا

وهناك أوهام شائعة في دنيا الحب يقع تحت تأثيرها الشبان والفتيات وخاصة في مستهل الشباب ولكنها لا تضر الشبان بقدر ما تضر الفتيات وانت - يا آنستى العزيزة - تدركين ذلك جيدا ان الفتى يستطيع ان يتخلص من أخطائه وكثيرا ما ينساها له الناس، ولكن أخطائك انت تظل عالقة بك مدى الحياة وأوجب واجباتك هي ان تحسبى حساب المستقبل وتاكدي ان الشاب الذي يفتن بمظهر المرأة وحده شاب سطحي وعلاقته بك

لن تكون علاقة متينة ابدا: انه يهواك لا يحبك فهل فكرت - يافتاتي العزيزة - في الفرق بين الحب والهوى؟ ان الحب لا يكون الا بين قلبين متكافئين وروحين منسجمين. الحب احساس عميق مصدره القلب وهو يتطلب وقتا للنمو ولا يأتي الا بعد تأمل وتدبير، انه تضحية وغايته اسعاد المحبوب وبناء مستقبل سعيد. ان عناصره هي: الشعور بالجمال، والاحساس بالود والحنان، والاعجاب والاحترام المتبادلين، والتسامي بالعاطفة الى افاق بعيدة

أما الهوى فهو ميل عاطفي جنسي، كل ما يشترط فيه ان يكون المحبوب جميلا فتانا - والعاشق في هذه الحالة ينشد اسعاد نفسه فقط لا اسعاد غيره، ويستطيع ان يهوى اكثر من واحدة لان الغريزة ظائمة ابدا وقلما تعرف الرى او الشبع. ان الهوى اساسه الرغبة ومادته احلام تبني على الرمال، وعناصره هي الاعجاب والميل الجنسي وغريزة الملكية، وهو يأتي فجأة ويزول فجأة

فأى الشئيين تطلبين؟؟ اذا كنت تطلبين الهوى فستجدينه رخيصة ولكن اعلمى من الان انه سيسبب لك من القلق والتعاسة والدموع اكثر من السعادة والهناء. واذا اصررت على طلب الهوى فيكفيك العناية بجسدك واتخاذك شركا. اما اذا كنت تنشد من الحب وتحلمين بالسعادة والهناء فهناك عناصر اخرى يجب ان تتوفر في شخصيتك حتى تحققي امنيتك:

قلت لك ان الحب انسجام قلبين وروحين وهذا يتطلب منك العناية بصفاتك

النفسية اكثر من العناية بمظهرك الخارجى، يتطلب منك الثقافة الكاملة لان العقل النير يضىء على الوجه نوعا من الجمال النبيل لا يمكن ان تجلبه لك العطور والمساحيق ولا شك انك لاحظت ان الفتاة الذكية - حتى اذا كانت متوسطة الجمال - تبدو اجمل من الفتاة الغبية الرائعة الحسن وفضائل المرأة الاساسية هي العطف والحنان والتضحية والرقوة والعدوبة والانوثة الحقة لا تتركز في الجاذبية الجنسية وحدها بل في تلك العناصر او الفضائل.

والفتاة التي تهدف الى ان تكون ربة بيت يوما ما لابد لها ان تعرف كيف ترضى زوجها وتكسب اعجابه ولن يتحقق لك ذلك

الا اذا كنت ذات دراية علمية بفن العلاقات الزوجية وتربية الاطفال وذات روح اجتماعية مهذبة، الى جانب اجادة الطبخ والكى ورفو الشيا وبالجوارب ..

فاسالى نفسك يافتاتي ماذا تنشد من وراء علاقتك بأى فتى من الفتيان وادرسى شخصيتك جيدا واعتنى بتنمية الصفات التي تؤهلك للفوز بالرجل الذي تنشد من ثم حكمى عقلك في عواطفك

انك ستجدين كل يوم عددا من الشبان على اتم استعداد لمغازلتك ومطارحتك الهوى... ولكنك ستنتظرين في ثقة وأمل ذلك الذى سيحقق لك السعادة والهناء.

((نصرى عطا الله))

أقمشة فاخرة

صنع

جاكمار
Jacquard

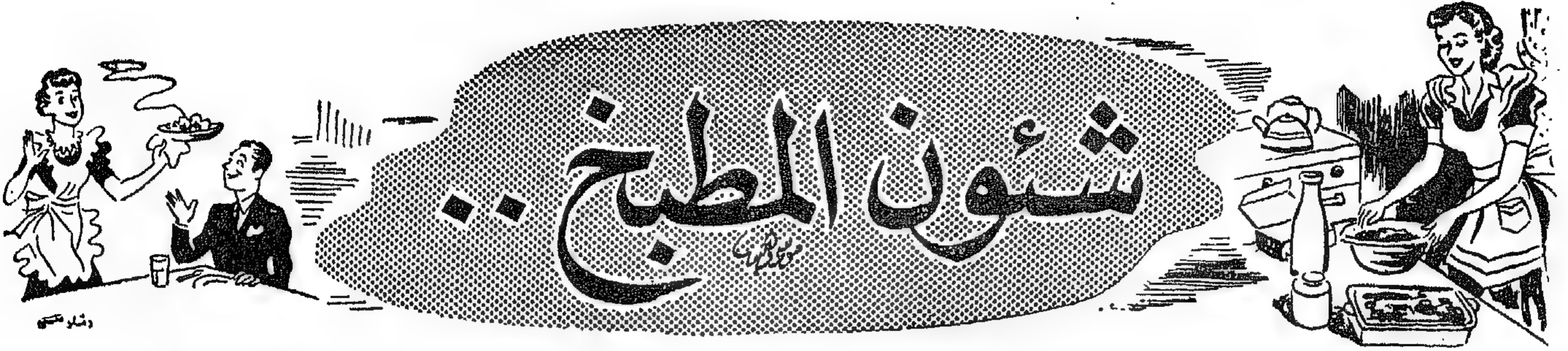
بلندن

أصواف - توير - شفتوت

صراير مضبوعة

من أصدرت طراز للتفصيل

تباع أقمشة وصراير ماركار في المحلات الكبرى بالقاهرة والاسكندرية



للبيوت صبي

تورثة المكسيك

المقادير :

نصف رطل زبدة
٥٠٠ فنجان شاى سكر
بودرة
٣ بيضات
مبشور قشر برتقالة
١ رطل دقيق منه ملعقة
كبيرة دقيق كورن فلور
٤ ملاعق صغيرة خميرة بيكنج
بودر
نصف فنجان شاى عصير
برتقال
١ ملعقة كبيرة عصير ليمون
نصف فنجان شاى ماء
ثلاثة أرباع أوقية شكولاته

الطريقة :

١ - اضربى الزبدة حتى تصير ناعمة ثم أضيفى اليها السكر تدريجيا ويضرب حتى يصير كالقشدة فيضاف البيض الواحدة بعد الأخرى مع الضرب عقب إضافة كل بيضة ثم أضيفى مبشور قشر البرتقال

٢ - انخل الدقيق ودقيق الكورن فلور والخميرة ثلاث

٤ - بعد أن يتم نضجها تترك الفطائر لتبرد فوق منخل سلك ثم توضع فوق بعضها مع ملاحظة فرد طبقة من حلوى الزبدة الآتية بين كل طبقة وأخرى . ثم غطى سطح التورثة بحلوى الليمون اللامعة الآتية وزخرفى سطح التورثة بأهرامات صغيرة مدببة مستعملة حلوى بيضاء وملونة بالتوابل كما هو مبين أمامك بالرسم :

حلوى الزبدة المستعملة بين طبقات التورثة :

انخل فنجانا ونصف فنجان كبير سكر حلوى أو سكر بودرة ناعم جدا ويضرب معه ٣ أوقيات زبدة حتى يصير هشه كالكرامة ثم يضاف له حوالى ملعقة كبيرة مسحوق شكولاته ثم يضع نقط من الفانيليا وجزء من الجوز المفروم اذا رغبت فيه ثم استعملى هذا الحشو بين طبقات التورثة :

حلوى الليمون المستعملة فى تغطية سطح التورثة :

يقلب مقدار نصف فنجان كبير من سكر الحلوى أو البودرة الناعم جدا بعد نخله فى مقدار ٢ ملعقة كبيرة من اللبن أو الماء ثم أضيفى اليه قليلا من روح الليمون لاعطاء النكهة المضبوطة .

واذا رغبت فى تلوين حلوى الزخرفة فأضيفى قليلا من اللون البمبى أو استبدلى الماء بعصير الفاكهة الملون .

جيلي الجوافه

المقادير :

٤ كوب (لتر) عصير ٤ فنجان شاى سكر
جوافه مطبوخة ١ ملعقة كبيرة عصير ليمون

الطريقة :

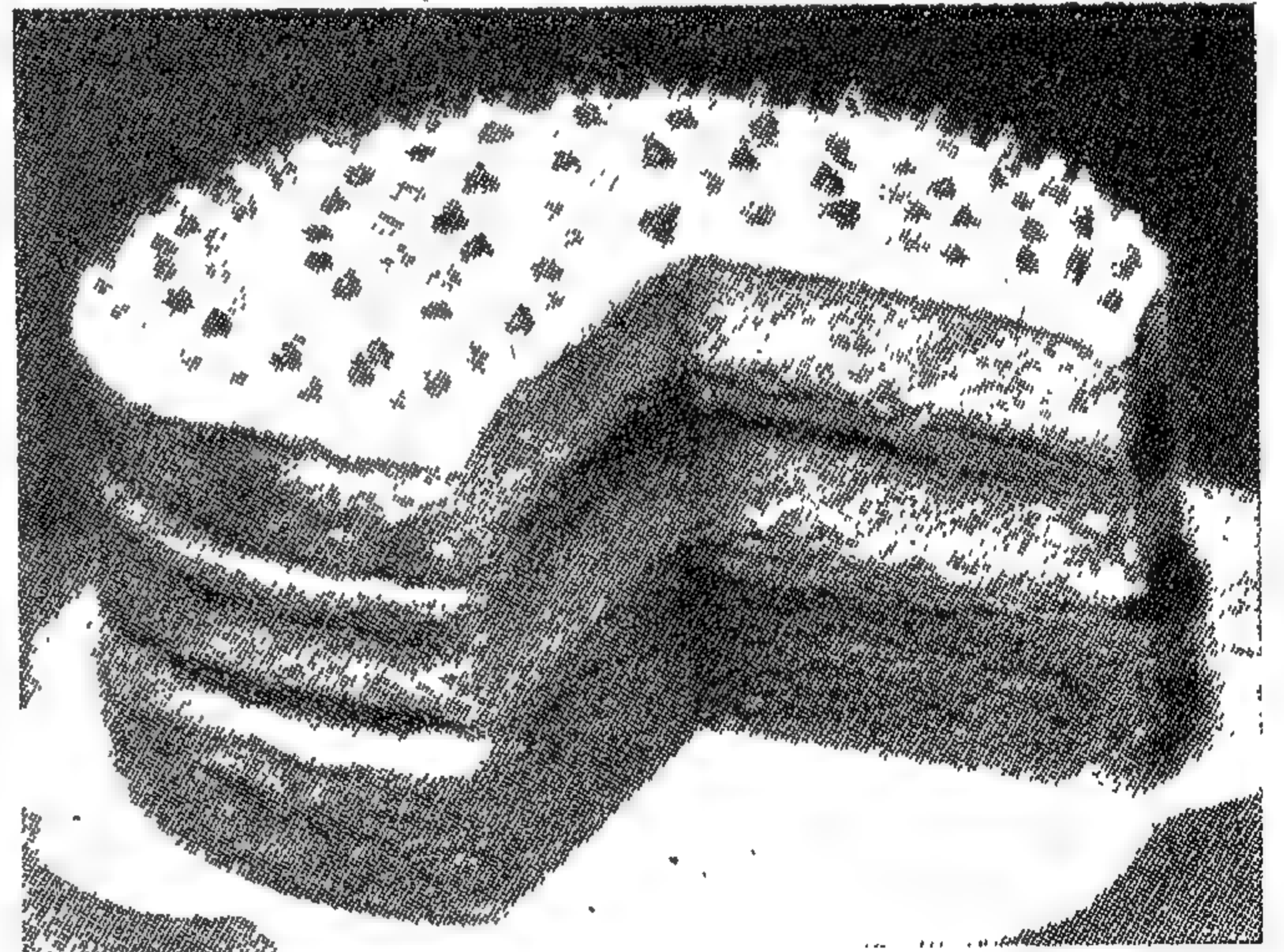
١ - اغسلى الجوافه وأزيل أعناقها وقطعها الى قطع صغيرة وأضيفى اليها ما يكفى لتغطيتها من الماء البارد ثم ارفعها على النار الهادئة لتغلي حتى تنضج تماما

٢ - صفىها من شاشه ولا حظى عدم الضغط عليها بشدة حتى تحصل على سائل رائق

٣ - يكال العصير السابق وخذى لكل لتر منه مقدار ٤ فنجان شاى سكر وارفعى الجميع على نار هادئة مع التقليب حتى يذوب السكر ويغلى ولا حظى نزع الريم كلما ظهر

٤ - أضيفى عصير الليمون واتركى الجيلي على النار حتى تنضج وتأخذ القوام المعتاد للمربى

٥ - تعبأ فى البرطمانات وهى ساخنة ويحكم غطاؤها



مرات وأضيفيه بالتناوب مع السائل الى مزيج الزبد والسكر
٣ - خذى ثلث العجينة فى وعاء صغير وأضيفى اليه الشكولاته بعد تحليلها على نار هادئة . ثم أقسمى العجينة البيضاء الى قسمين بالتساوى وضعى كل جزء فى صينية مرتفعة قليلا ويكون قطرها من ٦ - ٧ سم بعد دهنها بالزبدة وضعى العجينة الملونة بالشكولاته فى صينية ثالثة مشابهة وذلك لتحصل على تورثة مكونة من ثلاث طبقات وضعى الثلاث صوان فى فرن متوسط الحرارة مدة ثلث ساعة حتى تنضج

طعام في نوفمبر

الثلاثاء أول نوفمبر

سبانخ مكمورة ، أرز
مفلفل ، سلطة بنجر ،
بلح الشام

الأربعاء ٢ نوفمبر

مسقعة باذنجان ، كفتة
مشوية ، مكرونة اسباجتي
سلطة خضر ، فاكهة

الخميس ٣ نوفمبر

فاصوليا خضراء مكمورة ،
أرز مفلفل ، سلطة خس ،
كستردة بالكرملة

الجمعة ٤ نوفمبر

دجاج محمر ، كشدة ،
دمعة ، أرز مفلفل ، سلطة
خضار ، فاكهة

السبت ٥ نوفمبر

بصارة ، مخلل ، فاكهة

الأحد ٦ نوفمبر

لحم روستو ، قرع مكمور
أرز مفلفل ، سلطة خضر ،
فاكهة

الاثنين ٧ نوفمبر

قالب الاسفاناخ بالبيض ،
مكرونة بصلصة الطماطم
سلطة بنجر ، فاكهة

الثلاثاء ٨ نوفمبر

لحم بالدمعة ، محشوي
كرنب ، سلطة كرنب ،
قلقاس بالخضرة ، فاكهة

الثلاثاء ١٥ نوفمبر

لحم بالتريبة ، تورلي ،
أرز مفلفل ، مخلل ، فاكهة

الأربعاء ١٦ نوفمبر

مسقعة باذنجان ، كفتة
مشوية ، مكرونة ، سلطة
خضر ، فاكهة

بسكوت العسل

المقادير :

٢ أوقيتان من زبدة
٢ أوقيتان من سكر
٢ أوقيتان من دقيق
٢ ملعقتان كبيرتان من عسل
أبيض
ربع ملعقة صغيرة مسحوق
زنجبيل
ربع ملعقة صغيرة فانليا
ربع ملعقة صغيرة مبشور
قشر الليمون

الطريقة :

١ - ضعي الزبدة والسكر والعسل معا في كزروله
فوق نار هادئة حتى يذوب السكر ثم ابعدي الكزروله عن
النار وأضيفي اليها باقي المقادير ويقلب الجميع حتى يمزج
جيذا

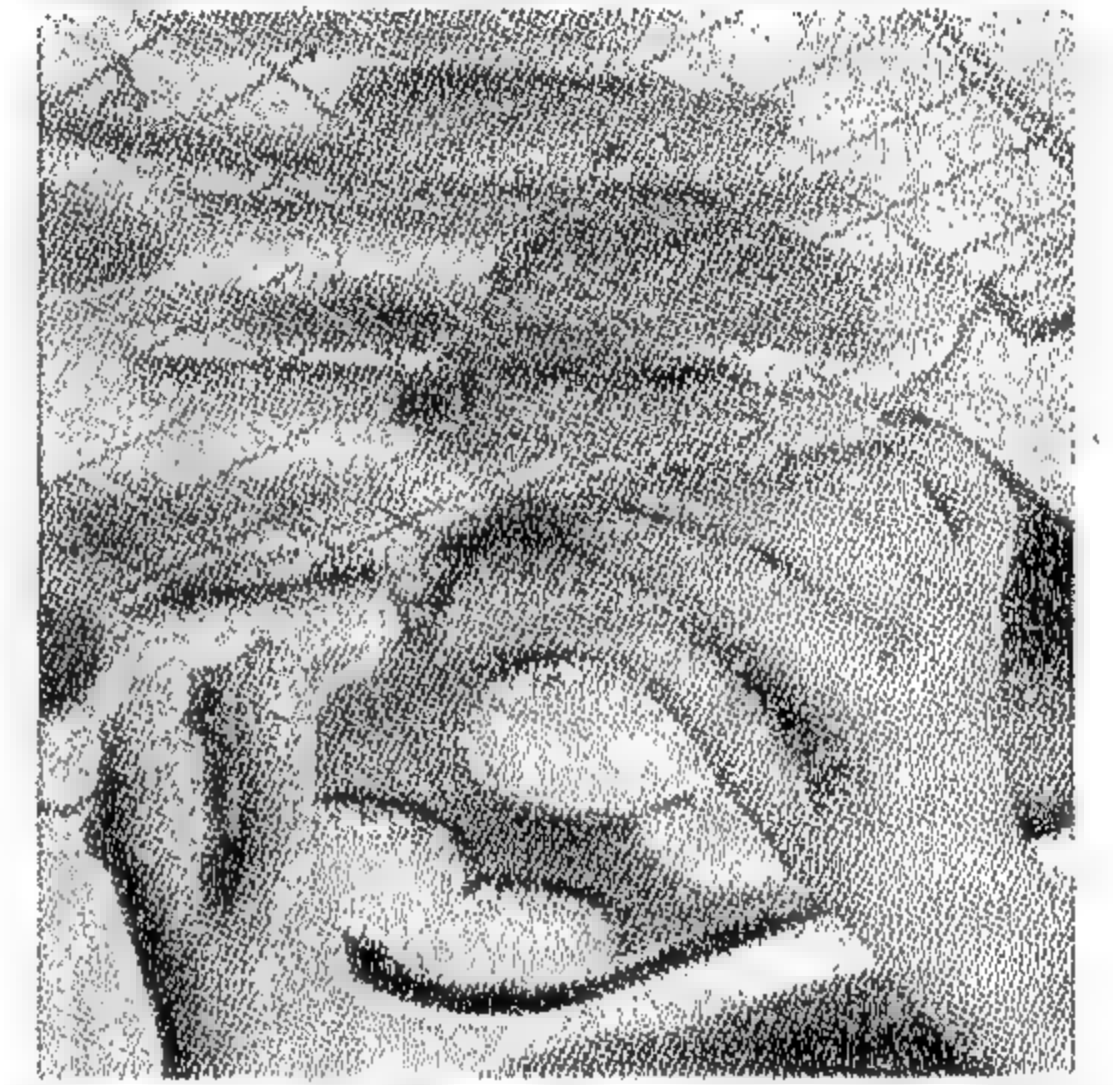
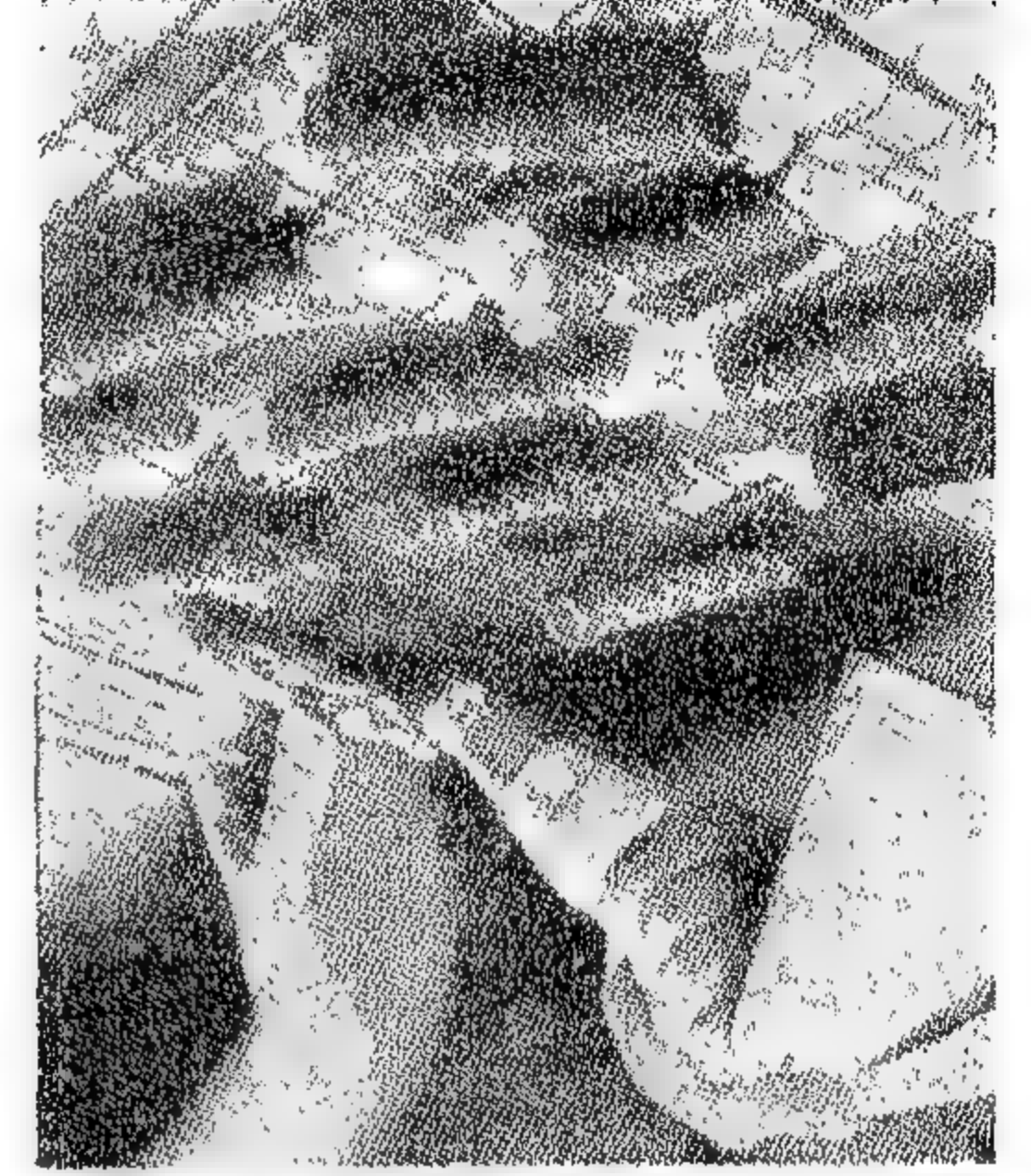
٢ - صبي المزيج بواسطة ملعقة شاي صغيرة فوق صينية
مدهونة جيذا بالزبدة ولا حظي أن تكون القطع على مسافات
متباعدة كما هو موضح أمامك بالرسم رقم ١

٣ - تخبز في فرن متوسط الحرارة من ٧ - ١٠ دقائق
حتى يصير لونها ذهبيا أي (أصفر فاتح فقط)

٤ - تخرج من الفرن وبسرعة زائدة انزعى كل بسكوتة
بخفة واستعيني في هذه العملية بسكين مستديرة الطرف
وبسرعة لفي البسكوتة وهي ساخنة حول يد ملعقة خشب
أو قطع من بوص الغاب كما هو مبين أمامك بالرسم رقم ٢
وإذا برد البسكوت أثناء قيامك بهذه العملية وصعب نزعها
من على الصينية فارفعيها فوق نار هادئة فيسهل معك
نزع البسكوت ولفه والا تكسر منك وفسدت النتيجة

٥ - عند ما يبرد تماما انزعى بخفة أيدي الملاعق الخشبية
أو قطع بوص الغاب من البسكوت ثم املئي الفراغ في كل
بالكريم شائتيه كما هو مبين أمامك بالرسم رقم ٣

٦ - رصيه في الاطباق المسطحة وقدميه للشاي



الأربعاء ٩ نوفمبر

سمك مقل ، كزبرية
السمك ، سلطة طحينة ،
صينية بطاطة

الجمعة ١١ نوفمبر

قالب اللحم بالخضر ،
مكرونة اسباجتي ، سلطة
خضر ، فاكهة

الأحد ١٣ نوفمبر

منح بالبيض والبقسماط ،
مسقعة قرنييط ، أرز
بالشعرية ، سلطة خس ،
فاكهة

الاثنين ١٤ نوفمبر

حساء العدس ، عدس
مطبوخ ، سلطة خضار ،
فاكهة

السبت ١٢ نوفمبر

مسقعة قرع ، روستو
مفلفل بالبيض ، أرز
مفلفل ، سلطة خضار ،
خشاف مشمش

الخميس ١٠ نوفمبر

خبازة ، دمعة ، أرز مفلفل
فاكهة

طاجن السمك

المقادير :

- أقة سمك ١ رطل بصل مفروم
٣ ملاعق كبيرة حمص شامى نصف رأس ثوم
مسلق ١ رأس كرفس مفرومة
١ رطل طماطم
عصير ليمونتين ملح وفلفل وكمون مدقوق

الطريقة :

- ١ - نظف السمك وقطعه الى قطع مناسبة ثم تبليه بالملح والفلفل والكمون وعصير الليمون
- ٢ - يشوح السمك فى الزيت ثم ارفعيه من الزيت وضعيه فوق ورقة شفاف لامتصاص الزيت الزائد
- ٣ - افرمى البصل رفيعا وحمريه فى الزيت حتى يصفر لونه ثم اضيفى اليه الثوم المفروم والحمص المسلق ويقلب الجميع حتى يتم تحمير البصل فيضاف الكرفس
- ٤ - تصفى الطماطم وتضاف للبصل وتترك لتغلى مدة ٥ دقائق فيضاف لها عصير الليمون والملح والفلفل
- ٥ - صفى نصف المزيج السابق فى طاجن فخار ثم رصى فوقه السمك ويغلى بباقي مقدار الخلطة
- ٦ - يوضع فى فرن متوسط الحرارة مدة ٢٠ دقيقة تقريبا حتى يتم نضج السمك وتنسبك الصلصة

صلصة المايونيز بالطريقة السريعة

المقادير :

- ٢ صفار بيضتين
٢ ملعقتان كبيرتان من خل
ملح وفلفل
نصف ملعقة شاي مسحوق
أبيض
كوبان من زيت زيتون

الطريقة :

- ١ - اضيفى المسطرة والخل الى صفار البيض فى سلطانية كبيرة ويزمج الجميع جيدا
- ٢ - اضربى المزيج جيدا بمضرب البيض السلك فى اتجاه واحد لمدة دقيقتين ولاحظى دائما وحدها اتجاه حركة الضرب والا فسدت منك صلصة المايونيز وتقطع
- ٣ - اضيفى الزيت تدريجيا مع استمرارك فى الضرب الجيد فى نفس الاتجاه السابق حتى ينتهى مقدار الزيت ويغلظ قوام الصلصة وتصير كافية لتغطية ظهر الملعقة ثم اضيفى الملح والفلفل واستعمليهما حسب الرغبة

السبانخ بالسجق والبيض

المقادير :

- ٢ رطل سبانخ خضراء
٤ بيضات
ثلاث رطل سجق بقرى (فيينا)
قليل من الملح
ذرة من بيكربونات الصودا

الطريقة :

- ١ - اغسلى السبانخ ثم قطفى أوراقه مثل السلق
- ٢ - يوضع فى حله مع ذرة البيكربونات الصودا ويرفع

أنعم وأفيد بودة للأطفال فى العالم

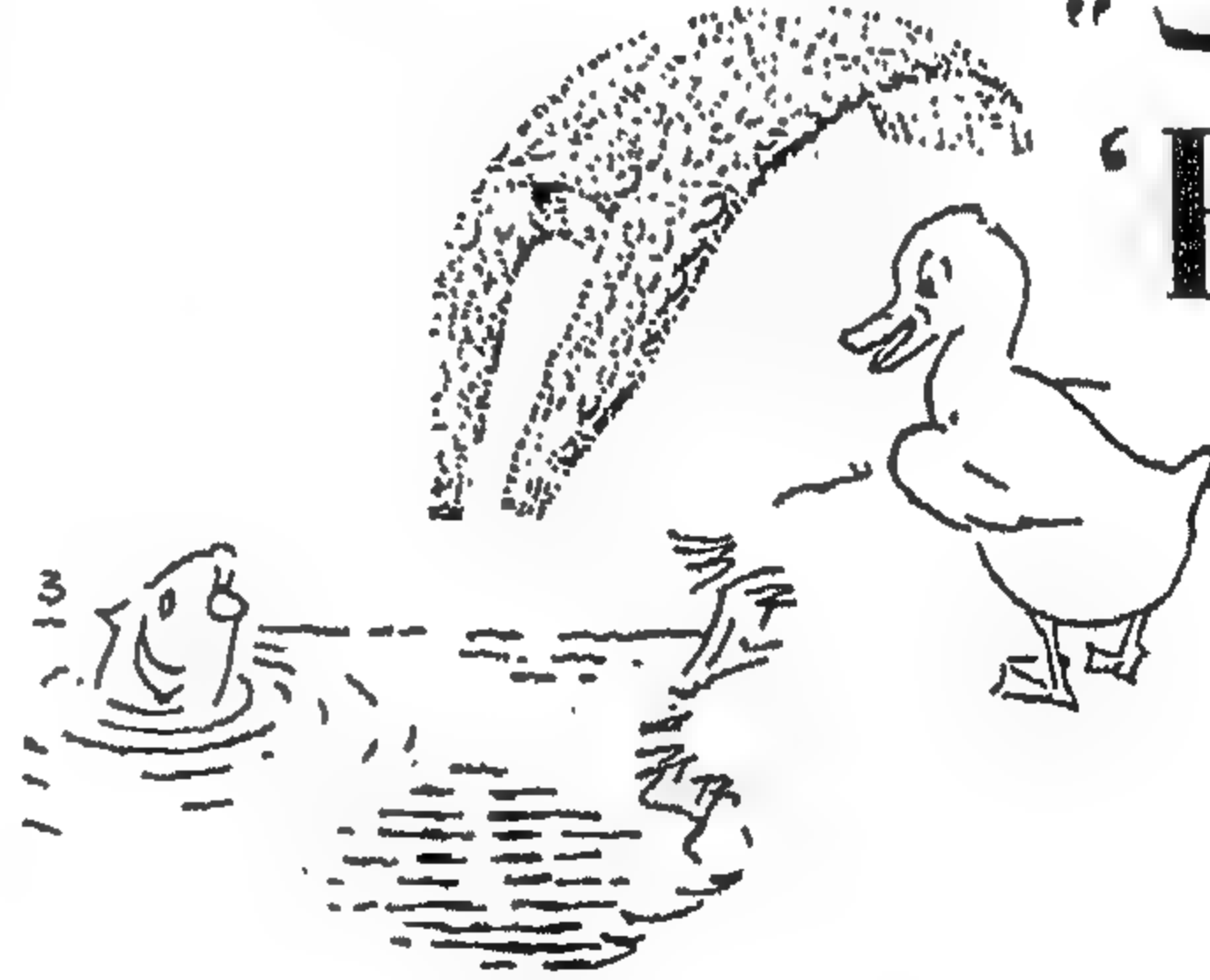


منذ أكثر من ٥٠ سنة
والأطفال يمجدون
فيها المرح والسعادة
لتقوموا الرطبة لجلدهم
الرفيق

Johnson's
BABY POWDER
بودة الأطفال
چونسونز

JOHNSON & JOHNSON (GT. BRITAIN) LTD., SLOUGH AND GARGRAVE

ثياب «التريكو» المشغولة من «بيهايف»



'BEEHIVE'

تبدو بعد كل غسلة
ناضرة كالزهر

وهي تقاوم
الانكماش
والتمدد

بعد أن تنطس في الطشت ، تخرج ثياب «التريكو»
المشغولة من صوف «بيهايف فنجرنج» Beehive Fingering
وسائر أصواف Patonised P & B ناضرة ضاحكة .
فان الوسائل الخاصة المتبعة فى صناعة صوفها تحميها من
الانكماش دون أن تجعلها تتمدد أو تصيح مطاطة .



اصواف

صنع PATONS & BALDWIN LTD.

تباع فى جميع محلات الصوف المشهورة



- ١ دولسول وهو الشامبو المركب من منتجات جديدة اكتشفها كادوريسين لا يحتوى على صابون ولا على قلوبات فهو لا يضر بشاتا .
- ٢ دولسول مركب من ٥ أضعاف ولذا فهو اوفر استعمالا
- ٣ دولسول يكشف عن الجمال الطبيعى للشعر من اول مرة ويكسب لونه حيوية وصفاء .
- ٤ دولسول يعطى رغوة فوق العادة حتى في المياه الجارية (المالحة)
- ٥ بعد عمل الشامبو دولسول يصير الشعر سهل التمشيد
- ٦ دولسول ينظف كل شعرة تنظيفا تاما مدهشنا .
- ٧ دولسول يكسب كل شعرة لمعة خاصة لا تقلد

اشترؤا فوراً الزجاجة الصغيرة للتجربة فهي تكفى لعمل الشامبو مرتين، وبعد ذلك ستستعملون بصفة مستديمة اعظم شامبو في العالم... شامبو دولسول وستشترؤون زجاجات دولسول من ذات الحجم العادى وهى - مرتين - اكثر اقتصاداً او تشترون زجاجات من ذات الحجم المضاعف وهى - اربع مرات - اكثر اقتصاداً .



فوق نار هادئة جدا حتى يغلى وينضج فى مائه ثم تهرس السبانخ وتمرر من منخل سلك
٣ - قطعى السجق الى حلقات رفيعة ويخلط بالسبانخ المصفاة ويضبط الملح
٤ - يوضع خليط السجق والسبانخ فى حلة فوق نار هادئة ويترك حتى يغلى مدة ١٠ دقائق تقريبا
٥ - يغرف فى طبق مستطيل أو مستدير ويرص فوقه البيض المقل فى الماء او يقدم للاكل ساخنا :
طريقة عمل البيض المقل فى الماء : -
١ - يوضع مقدار كوب ماء فى طاسة تحمير ويضاف اليه ملعقة شاي عصير ليمون ويترك على النار حتى يغلى
٢ - تكسر البيضة فى فنجان قهوة للتأكد من صحتها ثم يقلب الماء لعمل حركة دائرية وتصب فيها البيضة أثناء حركة التقليب حتى تحصل على بيضة مستديرة وعندما تنضج وتتماسك اجزاؤها ترفع من الماء بمقصوصة وتوضع فوق السبانخ

اللحم بالنقيطة (بانيه)

المقادير :

- | | |
|-------------------------|------------------------|
| مقطع لحم روستو بارد | ربع أقة فاصوليا خضراء |
| ربع أقة جزر أفرنكى | ربع قة بطاطس |
| ربع قة بازلاء خضراء | قليل من الزيتون الاسود |
| ٢ بنجرتان | نصف فنجان قهوة لبن |
| ٢ كوبان من صلصة مايونيز | ٥ بيضات |
| ملح وفلفل | ١ ملعقة كبيرة دقيق |

الطريقة :

- ١ - اغسل اللحم واطهيه روستو فى الفرن بالطريقة المعروفة ثم اتركه يبرد تماما ثم قطعيه بسكين حاد الى حلقات رفيعة
- ٢ - اغسل الخضر ونظفيها ، كل حسب نوعها ثم اسلقيها ولاحظي سلق كل صنف على حدة منفصلا عن الآخر حتى لا تتغير الالوان ببعضها ثم قطعيها الى مكعبات
- ٣ - امزجي الخضر المسلوقة المقطعة بقليل من صلصة المايونيز واحتفظي بجزء من البنجر والزيتون لزخرفة السطح ثم اضبطي الملح والفلفل
- ٤ - توضع مجموعة الخضر على شكل هرمى فى وسط طبق صينى مسطح وتغطى بباقى صلصة المايونيز ثم ابدئي باعداد النقيطة كالآتى :
- ٥ - يفصل صفار البيض عن الزلال ثم ابدئي باضافة الدقيق تدريجيا الى صفار البيض مع الضرب المستمر حتى ينتهى مقدار الدقيق ويضرب جيدا وأضيفي اللبن تدريجيا مع التقليب حتى يصير سمك المزيج كافيا لتغطية ظهر الملعقة
- ٦ - قبل الاكل مباشرة اضربى زلال البيض جيدا حتى يجمد وأضيفيه بخفة الى المزيج السابق مع التقليب الخفيف
- ٧ - اغمسى حلقات اللحم فى المزيج السابق حتى يغطي سطحها ثم حمريها فى السمن الغزير
- ٨ - ترص قطع اللحم رصا منتظما حول الخضر المغطاة بالمايونيز ويزخرف حولها بحلقات من البنجر وزخرفى سطح المايونيز بقطع من الزيتون الاسود
- ٩ - يقدم للاكل مباشرة واللحم ساخن

ذات العيون الصبيحة

للاستاذ فؤاد القصاص

رأيتها أول مرة في ليلة زفاف صديقي (محفوظ) .. ورغم أن القاعة الفسيفسائية كانت تزخر بالحسان من كل صنف ولون ، بينهن العابثة والهادئة والمرحة والحزينة ، والتي تتكلم من طرف أنفها ، والتي تتكلم بجماع قلبها .. كلهن أو جلهن كن جميلات وحسنات ..

إلا أن تلك التي هربت نظراتي لتتبعها وغاب عني ليفكر فيها وخفق قلبي من أجلها .. تلك العذراء التي خطفت بصري وسلبت عني وأسرت قلبي ، لم تكن حسنة مثلهن ولا مترفعة مثلهن ، وإنما كانت رقيقة كالزهرة ،

ودیعة كالحمامة .. في جمالها هدوء وفي حركاتها ائزان ، وفي خطوها ثقل وفي قوامها لدونة وفي وجهها استطالة وشحوب ، في بسمتها حسرة كابتسامة الباكي ، وفي صوتها رنة حزن وانكسار ، وفي عينيها الخضراوين دموع حائرة لا تنطلق ، وفي نظراتها شرود لا ينقضي .. وحلم دائم يبدأ ولا يكاد ينتهي !! ومن رأسها الصغير الجميل تتدلى خصلات من

الشعر الكستنائي المتماوج فتتراخي على كتفيها في دعة واستسلام ..

ووجدتني دون وعي أنحنى على أذن محفوظ ، وأسأله عما تكون تلك الصبيحة الجميلة ؟

وهمس في خبث دون أن يحول وجهه الى حيث أشرت : - الحفل يا صاحبي زاهر بالجمال .. فأيهن تقصد ؟ وأسرعت أقول وقلبي يخفق وكياني يهتز :

- هذه الجميلة الحزينة .. ذات العينين الخضراوين .. واستدار في تناقل وهتف وهو يشير بيده الى الفتاة التي كانت قد تركت مقعدها لتستقبل إحدى صديقاتها : - هذه التي تخطو في تناقل وثبات .. كخطو جواد أصيل !؟

وجذبتني من ذراعه في شيء من الحشونة وسألتني في ذهول :

- كيف أدركت أن هذه بيت القصيد !؟

وقاطعتني في مرح : - زهرة النفسج يا صاحبي ، لها لون وعطر يعزان على كل الورود والرياحين ! .. وعدت أسأله في صوت لحوح :

- ومن تكون زهرة البنفسج هذه !؟

- انها أختي .. وفاء ! .. وحين تبين دهشتي وارتباك ، أسرع يقول وهو يربت على كتفي مداعبا : - لا تلم غير نفسك ، فقد كنت دائما تعتذر عن زيارتنا بضيق الوقت ! .. وانصرف عني الى أحد أصدقائه ..

وأحسست في تلك اللحظة أنني أحبها جدا لم

يعرفه قلب بشر ! .. ووجدت نفسي دون وعي أراقب سلوكها وأتبع نظراتها .. وكأنها صارت ملكا لي ! ..

ولاحظت بعد مضي فترة من الوقت ، أن شابا ضامر الوجه نحيل الجسم نبيل القسمات يجلس وحيدا في ركن منزو من القاعة ، لا يفتأ يختلس إليها النظرات ، ركنت دائما أجد نظراتهما تتلاقى .. كأنما هي على موعد ! ..

ولكنني بعد مضي فترة أخرى من الوقت ، نسيت ذلك الشاب النحيل ونظراته الساهمة التي كانت تلتقي عفوا أو عمدا بنظرات وفاء ، وغرقت في فكرة واحدة سيطرت على كل حواسي .. لن أستطيع العيش - ولو وهبت ذهب العالم كله ونساء المعمورة - بدون وفاء !!

لم تمض غير بضعة أسابيع حتى كانت وفاء قد صارت زوجا لي ..

وفي ليلة الزفاف رأيت ذلك الشاب النحيل الذي يربض في عيني حزن عميق ، منتحيا ركننا قصيما من القاعة وهو سباح بنظراته في لا شيء !! ..

وكنت قد رأيته قبل ذلك مرارا في فترة الخطوبة ، وعلمت انه شقيق وفاء في الرضاعة ، فقد ماتت أمه عقب الوضع فصار يتيم من الأم والاب فأرضعته «خالته» أم وفاء وأسّمته (وحيد) وعلمت أيضا انه يكبر وفاء بثلاثة أعوام ، وانه ورث عن والديه ضيعة كبيرة بالقرب من القاهرة ولكنه يقضي معظم أيام السنة في منزل عمه والد وفاء ليكون



منعشة حقًا
في كل وقت
وفي كل مكان

المبشرين المعتمدين

مصانع تعبئة كوكاكولا - سيكو

س.ن.٥٢٤٦٣

للاطمئنان على صحتها ، أن الشاعر وحيد قد أثقل عليه المرض وبرحت به العلة ، وأصبح أطبساؤه في قلق شديد على حياته ، وانهم لذلك أخفوا عنه خبر مرض وفاء ، وعملت أنا بالمثل فأخفيت عن وفاء خبر مرض وحيد .

ولكن ذلك لم يكن شفقة بها أو خوفا عليها ، وإنما كان اتبساعا للخطة التي رسمتها وهي أن أقطع اتصالهما وأمنع عنها أخباره حتى إذا كانت تحس نحوه بشئ من الحب أصبح من السهل القضاء عليه قبل أن ينمو ويشتد ، حتى لقد دفعتني غيرتي إلى اختلاق الأكاذيب وتشويه الحقائق ، لازهداها وأنفرها منه .

ولكني لم أكن أعلم أن حب الشعراء أعمق من

البقية ص ٦٦

من مناسبات يوجد فيها وحيد . كنت أراها سعيدة ضاحكة كطير أفلت من أسرهِ !

وكان من الطبيعي أن تثير مثل هذه الأمور شكوك زوج مثلي متدله في حب زوجته . ولكني لم أشأ أن تعرف عني أنني أغار كما يغار الضعفاء من الرجال ، فعملت - دون أن أشعرها - على ابتعادنا عن منطقة الخطر . وانتقلنا إلى منزل بضاحية الزيتون . ومنذ ذلك الحين ، توالى الحوادث سراعا !

مرضت وفاء وعجز الأطباء عن شفاؤها أو إدراك علتها ، ولم يمض غير اسبوعين حتى كان السقم قد أذبل جسدها الغض وغارت عيناها الحُراوان الساحرتان وانطقت نظراتها الساجية . لم يبق منها غير حطام ! ثم علمت من أفراد أسرتهما الذين كانوا يتردوون علينا

وأطلعني على بعض منها فألفيتها جميعا تتميز بالبساطة المعجزة وتزخر بالمعاني الرائعة مما يدل على أن ناظمها شاعر مطبوع موهوب .

وماتت في حساب الزمن تلك الليلة - ليلة الزفاف - وليالي أخرى أعقبتها حتى اكتمل لعمر زواجنا عام . عام طويل من الشقاء والالم اللذين كانا يعتصران قلبي كلما لمحت في عينيها الخضراوين تلك الدموع التي لا تريد أن تنطلق ، وفي نظراتها ذلك الشرود الذي لا ينقضي . وذاك الحلم الدائم الذي يبدأ ولا يكاد ينتهي ! لا أذكر أنني رأيته يوما أو سويعة من يوم على غير هذه الحال ، فيما عدا الوقت القصير الذي كان يزورنا فيه وحيد . أو حين ذهابها إلى منزل والديها ، ففي هاتين المناسبتين - أو فيما يماثلهما

تحت إشراف الأطباء إذ أنه مصاب بذات الرئة منذ صباه

ومنذ اللحظة الأولى ، شعرت نحو ذلك الانسان بنفور غريب أزهديني في صداقته ، ولعله هو أيضا كان يشعر بنفس الاحساس لانه كان يتجنب لقائي أو محادثتي .

وكثيرا ما كنت أراه جالسا عند جذع شجرة جميز عجوز تربض في منتصف الحديقة الواسعة التي تحيط بالمنزل ويديه قلم وأمامه قرطاس وهو سابح بنظراته في الافق البعيد .

وسألت مرة (محفوظ) في سخرية لم أستطع اخفاءها عما يفعله صاحبنا تحت الشجرة ؟

فأخبرني انه يقرض الشعر منذ حادثته ، وأن له في روضة الشعر كثيرا من الازاهير الندية الفواحة

كيت بيرز جمال شعرك الخفى



حين تلمسين بخاخة كيت باطراف اناملك تطلق منها ذرات متوهجة كأنفاس الربيع النظرة . . . اغمرى شعرك بهذا الرشاش العجيب وتأمل في المرأة كيف انه يتجلى عن جمال خفي ما كان ليخطر لك على بال . ان دقيقة واحدة تقضيها في الصباح وفي المساء مع بخاخة كيت تكفي لتتوج شعرك بهالة من الروق والنور ولتحفظه نظرا جذابا . . . طول اليوم . . . وكل يوم - هذا هو سحر كيت في دقيقة واحدة .

كيت



لهاى لونين
بالهريين
كيتاى لاسرودات
ذهبي للشعرات

بخاخة كيت الجديدة تستعمل « بيد واحدة »
ينفرد بها كيت . لا تبلى لانها لا تشتمل على كرة مطاط بل مصنوعة من البلاستيك الذى لا يتلف .
تدوم عمرا طويلا . . . فهي رمز التفوق الصناعى البريطانى وبراعة الابتكار السويسرى

المتضرر العجيب الذى يمنح الشعر
بريقا أقوى ١٢ مرة من البريانتين

301/EG/U

كثير من الامهات من تعمد الى تخويف طفلها بوسائل مختلفة فتارة تقلد اصوات الحيوانات ، واخرى توهمه بأن غولا أو عفريتاً سيخطفه وهي كثيرا ما تلجأ الى مثل هذا لارغام الطفل على السكوت اذا بكى ، أو لتحمله على النوم ان حان ميعاده .

غير ان هناك نوعا اخطر من هذا وابعد أثرا في حياة الطفل ، وهو التخويف من الموضوعات غير الحسية كالتهديد بالموت أو بجهنم أو غير ذلك من الامور التي لا تلمس بالحس ، وهذا كله من الظواهر الشديدة الانتشار في الاسرة المصرية .

خوف الأطفال

وتخويف الطفل وان كانت الام تستغله لما رب وقتية فان له بغير شك نتائج رجعية خطيرة هي التي تعقد مركب الخوف عند الاطفال - وسنشرح في ايجاز الاسباب التي تثير الخوف عند الطفل ، وما يجب اتباعه لتلافي التأثير به ودفع عواقبه .

فاولا : تبتدىء مخاوف الطفل حين يستيقظ من

نومه فيجد نفسه وحيدا في حجرة واسعة ، مثله كمثل الرجل الذي يترك في جوف الصحراء في ليل بهيم ، فانه ليحسب الطائر الوداع كانه وحش مفترس .

ثانيا : ومما يزيد خوف الطفل ان يتبين ان امه غير موجودة في مكانها الذي اعتاد ان يراها فيه ، دون ان يتأكد من انها ستعود ثانية ، هذا وقد ينلهى الطفل باللعب الانفرادي حين يطمئن الى ان امه ستوافيه عما قليل ، غير انه لن يلبث ان يصيح فجأة ويصرخ في طلب والدته وكأنما تذكر على غرء ان امه ليست امامه ، وان ماحسبه لم يعد أن يكون خيالا ليس له من الحقيقة نصيب

• ولعلاج هذه الحالة يجب ان تميز الام بين تعويد الطفل الاعتماد على نفسه اعتمادا كليا وان يترك له حبله على غاربه ، وبين تدليله وقضاء كل حاجياته ، واداء جميع مطالبه . ولكن على الام ان تتوسط بين هاتين النهايتين حتى تشجعه وتعوده على ان يثق بنفسه تدريجيا .

اما دور الاب بالنسبة للطفل خصوصا اذا ما كانت سنه تتراوح بين ٢٥ - ٥ سنة هو ان يمثل دور الزميل بالنسبة للطفل في لعبه وان يقوم بالعباب مسلية له ويجب الا يغيب عن الاذهان ان الطفل اذا كان ذكر ينظر الى الاب كأنه منافس خطر بالنسبة له ، لانه يود ان تكون امه له خالصة . اما انطفلة فانها تكون معتمدة على امها اعتمادا تاما ولكنها مع ذلك تكبت شعورها بالكراهية نحو امها جزاء منافستها اياها وحدها من تمتعها

بعطف والدها تمتعا كاملا على ما تعتقد .

ثالثا : ومما يثير قلق الطفل ويقض مضجعه هو علمه بمولد طفل جديد ، وانه ليستقبله بكل شيء من الفرح ولكنه مع ذلك يجد نفسه مطالبا بحبه مع ما يكن له من كره عميق . وان هذه الحالة تولد نوعا من الشعور بالاثم في نفسية الطفل فاذا ارتبط هذا الشعور الجديد بشعوره بانه سوف لا يكون موضع تكريم أو تدليل كما كانت حاله من قبل أدى ذلك الى خوف الطفل وشعوره بعدم الاطمئنان .

وعلاج ذلك موكول الى الام في ان تبذل قصارى جهدها في اقناع طفلها في انه احب اليها من المولود الجديد لانه هو الاكبر سنا .

ويجب الا يغرب عن بال الامهات انه من الخطورة بمكان ان تجمع الطفلين : الكبير والوليد في فراش الامومة ، لان ذلك ينمى فيه روح الرغبة في الرجوع الى عهد الطفولة الاولى ، وانما عليها ان تواسيه اذا بكى وان تريحه وان تتركه اينام في فراشه الخاص ، مع فتح ابواب الغرفة ، واضاءتها بضوء خفيف .

رابعا : ويجب على الوالدين ان لا يسمحا للطفل ان يرى أية علاقات جنسية بينهما حتى قبل سن التكلم لانه بالتحليل النفسي امكن الوصول الى انه في حالة حصول الطفل على اية خبرة من هذا السبيل يؤدي الى تكوين تركيب الخوف عنده ، كما أنه يسبب له حالة عصبية معينة .

زرع المخاوف

ويجب الا يخفى على الآباء ان زرع المخاوف في صغارهم يلحق بهم ضررا بليغا ويجعلهم قليلي الثقة بأنفسهم

محمد عمر هندی
أخصائي اجتماعي



باترشيا رولك
"آرثر راتلج"

مَا أَعْجَبَ طَرِيقَةَ

صَابُونِ

لوكس

للتواليت

فِي تَحْفِيفِ جَمَالِ الرَّجُلِ

صَابُونِ الْجَمَالِ لِكُوكِيبِ السَّيْنِ

نصائح عن وجبة الغذاء

تعتبر وجبة الغذاء الوجبة الرئيسية خلال اليوم ولذا يجب أن تكون متمشية مع القواعد الصحية للتغذية وأن تعطى الجسم ما يوازي ١٢٠٠ سعرا غذائيا وأن تضم جميع العناصر الأساسية التي تتطلبها والتي نجلها فيما يلي :

١ - مواد بروتينية سواء أكانت من أصل حيواني كأنواع اللحوم والأسماك والبيض أم من أصل نباتي كأنواع البقول والحبز وبعض الخضروات والفواكه وهذه المواد تقوم بتقديم المواد اللازمة لنمو الجسم وإصلاح بعض أنسجته التالفة لأن الجسم في حاجة مستمرة لهذا الإصلاح وخلاياه التالفة في حاجة مستمرة إلى التجديد .

٢ - مواد كربوهيدراتية مثل الأرز والمكرونة والخضروات الدرنية كالبطاطس وأنواع الفواكه الطازجة والمواد السكرية وكذا الزيوت والدهون ومثل هذه المواد ضرورية لإنتاج الحرارة التي لا يستطيع الإنسان الاستغناء عنها ما دام حيا ليحتفظ جسمه بدرجة حرارة ثابتة وإمداده بالطاقة التي يستخدمها في القيام بمختلف الأعمال .

٣ - أملاح معدنية أهمها الجير والفوسفور والحديد والنيحاس وذلك لتكوين العظام والأسنان خصوصا أثناء الطفولة ومدة الحمل والرضاع كما تحتاجها العضلات والأعصاب لكي تتمكن من القيام بوظائفها على وجه صحيح وتعتبر معظم الأغذية غنية بهذه الأملاح إلا أن الخضروات والفواكه الطازجة تفوق جميع

الأغذية في غناها بالأملاح المعدنية .

٤ - كمية كافية من أنواع الفيتامينات المختلفة التي يربو عددها على بضعة عشرة وهذه لازمة لنمو الجسم وصحته وتحسين جسمه ضد الإصابة بالأمراض

٥ - وأخيرا يجب أن يتناول الشخص كمية كافية من الماء لأنه الوسط الذي تنتقل فيه الحياة من جزء إلى آخر في الجسم وهو السائل المذيب لجميع المواد المهضومة كما أنه لازم لحدوث عمليات الهضم والامتصاص والإفراز وتتطلب وجبة الغذاء ثلاث كوبات من الماء أثناء تناولها وعلى ضوء ما ذكر من احتياجات الجسم الضرورية سأورد فيما يلي وجبتين مختلفتين كاملتين صحيحتين لغداك فاخترى واحدة منها واتبعي يوميا نظاما يماثلها احدهما متوسطة الثمن والاخرى زهيدة لا تكلفك الا القليل .

وجبة متوسطة الثمن

وتتألف من :

- ♦ أوقيتين من أى نوع من أنواع اللحوم
- ♦ أوقيتين من الحبز الاسمر (احذري الحبز الافرنجى)
- ♦ ثلاث أوقيت من أى نوع من الخضروات المطبوخة
- ♦ أوقيتين من الارز أو المكرونة

♦ أوقيتين من سلطة الطماطم والجرجير والخس والليمون والزيت

♦ نوع من الفواكه الطازجة

وجبة زهيدة الثمن

وتتألف من :

- ♦ ثلاث بيضات مقلية بالزبد (أو السمن)
- ♦ ست أوقيت من العدس المطبوخ (ويفضل أبوجبة)



لافندا

صوف التركو

LAVENDA

مصنوع من
أحسن فنلات
صوف يوتاني BOTANY

التي تحتفظ للصوف :

• رونقه .
• لونه .
• متانته .

وتتميز صوف لافندا بأنه
واحد من البرد لا يكتسب
ويحتفظ بمرورته

يساع في جميع المحال المعروفة

LISTER & COMPANY (Knitting Wools) LIMITED

وتصلب الشرايين والامساك المزمن

واعلمى أن ما يزيد عن احتياج جسمك يعتبر مواد تالفة وكثرة الفضلات بالجسم تؤدي الى اصابته بالحموضة وقد يتعرض الى حالة التسمم الذاتي .

ثم خذى الراحة الشافعة بعد تناول وجبة الغذاء وتنامى ساعة أو أكثر فان ذلك يريح أعضاءك وتسير عمليات هضم الطعام سيرها الطبيعي وإياك والقيام بمجهود عقلي أو جسماني عنيف عقب تناول غذائك مباشرة فان ذلك يسبب لك اضطرابات هضمية ذات تأثير سيء على صحتك .

طاهر حسن دره

♦ أو ست أوقيت من الفول المذمس مع الزبد

♦ ست أوقيت من الحبز الاسمر

♦ ثلاث أوقيت من سلطة الخضروات الطماطم والزيت

♦ أوقيتين من التمر أو أربع أوقيت بلح طازج

واحذري الإفراط الزائد في تناول وجبة الغذاء أو أى طعام آخر مما يؤدي الى التخممة عادة وارهاق المعدة والامعاء وبالتالي اضطراب في عمليات الهضم والتمثيل . . . واعلمى انه باستمرار الإفراط والنهم في الطعام يتعرض الجسم للإصابة بأمراض القلب والكليتين والكبد كما أن هناك أمراضا أخرى تنجم عن التخممة أهمها ضغط الدم

المنزل الحديث

اصبح البناء الحديث يهدف أول ما يهدف الى ان يكون صحيا او بالاحرى ان تدخل الشمس جميع غرف المنزل. وقد عمل المهندسون على تحقيق هذه الغاية ببناء منازل ذات طابق واحد او طابقين في جهة تبعد عن المدينة وجوها الملبد بسحب الدخان حتى يستطيع الانسان ان يستنشق هواء نقيا ويخلد الى الراحة والسكينة بعد يوم صاحب قضاء في المدينة وقد رأى واضعوا تصميمات هذه المنازل الحديثة ان يستبدلوا جزءا من الحوائط بالواح زجاجية يثبتونها على قوائم من الالمنيوم ليتمتع كل ركن من الغرفة بأشعة الشمس وضوئها الذهبي . وهناك ياسيدتى صورة لمنزل من المنازل التي نحدثك عنها وقد شيد وسط حديقة غناء ولم يكلف بناؤه كثيرا كما قد يتبادر الى ذهنك . اما الصورة الثانية فتريك غرفة الصالون من الداخل ولا يفصلها عن الحديقة الا تلك الألواح الزجاجية التي تقفل في الشتاء فاذا ما جاء الصيف تداخلت في بعضها واصبحت الغرفة جزءا لا يتجزأ من الحديقة نفسها يدخلها التسييم والضوء من كل جهة . ولعلك لاحظت ان الأثاث بسيط لا فخامة فيه ولا تعقيد . وقد وضع ستار على طول الجدار الزجاجي يفرد ويضم عند الحاجة . وقد فرشست الأرضية ببساط سهل تنظيفه

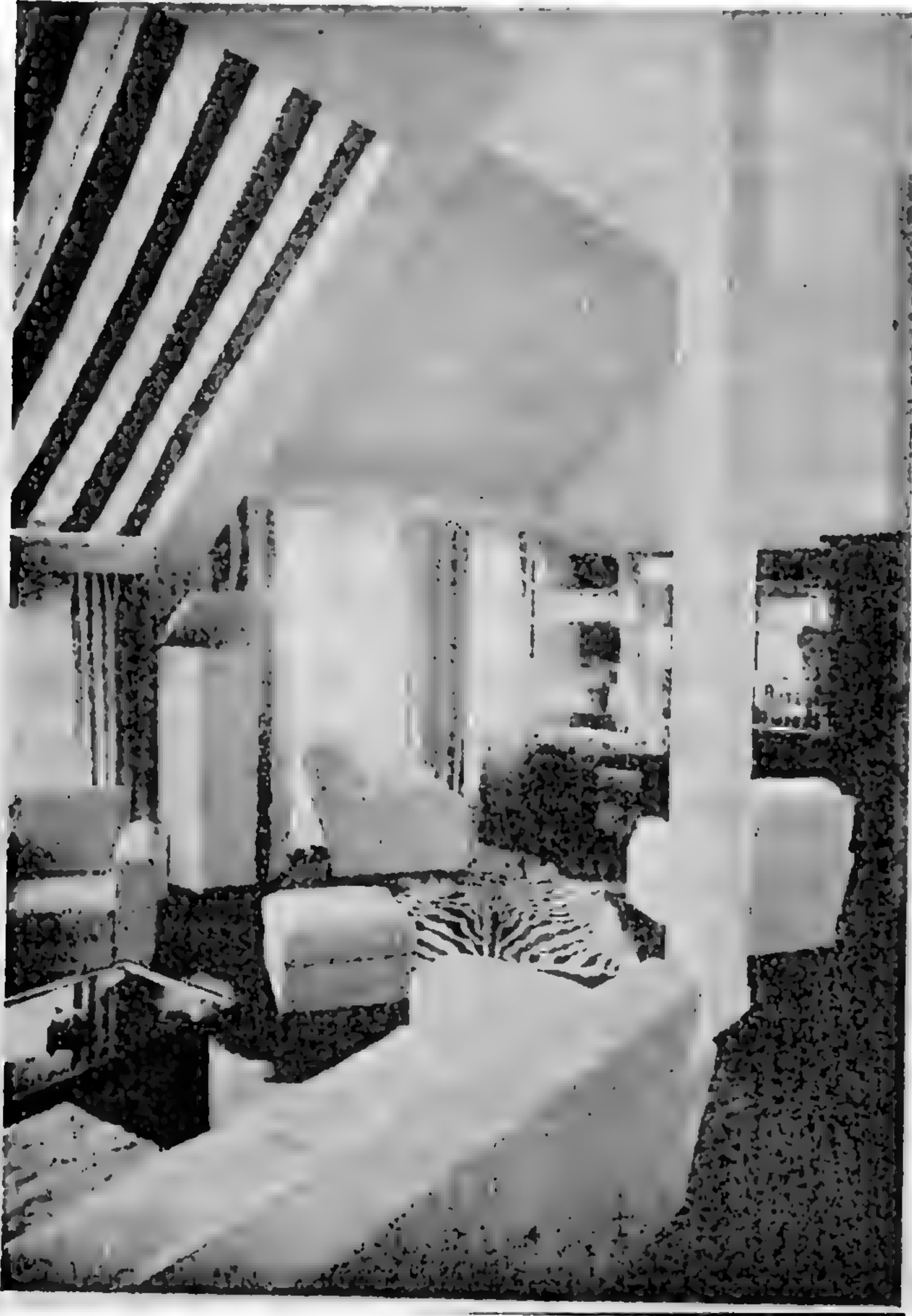
واليك على هذه الصفحة غرفة يمكن استعمالها



ان هذا المنزل الواقع على بضعة اميال من مدينة تورنتو قد بنى كله بالالمنيوم والزجاج لتدخل اشعة الشمس كل غرفة منه . اما الحوائط الخارجية فقد شيدت بالحجر والاسمنت



ان معظم حوائط هذا المنزل قد ابدلت بلوحة كبيرة من الزجاج وصلت فيما بينها بقطع مستطيلة من الالمنيوم . وبهذه الوسيلة أصبح من السهل ان تدخل اشعة الشمس المنزل مباشرة



ومقعدين وثيرين^١ وضع بينهما على الأرض جلد نمر مخطط . وترك الجزء الباقي من الغرفة ليكون للاستقبال فحسب فاليك اريكة وعدة مقاعد ومنضدة لوضع منفضة السجائر وذلك المقعد المبتكر الذي ترك بغير مستاند .

وفى مقدور المصريين أن يفيدوا من هذا الموضوع فيتجنبوا الاسراف الملحوظ فى مبانيهم ، وان القادر منهم يستطيع أن يبني أجمل من هذا البيت بأقل التكاليف لو فكر قليلا ولكننا للأسف الشديد نذهب فى مبانينا سواء كانت عمارات أو فيلات الى الفخفة دون النظر الى البناء من الوجهة الصحية .

ولو اتبعنا نصائح الغرب لطالبنا حكومتنا أن تحمي عملية البناء بالتشريع ولا تسمح بالابنية التى يدفع اليها الجشع وحده .

لفرضين فى وقت واحد . فقد أعدت لتكون خجرة مكتب وحجرة استقبال . وقد حليت جدران الغرفة بأرفف صفت فوقها الكتب . ويرى المكتب الى اليسار بين نافذتين ليتدفق اليه الضوء من كل جهة وقد روعى فى تصميمه البساطة بحيث سهل تنظيفه . وكان ربة المنزل قد لاحظت ان المكتب ينقصه شيء ليكون جميلا فوضعت عليه هذه الزهرية وذلك الاباجور المبتكر ثم راحت الى المدفأة الظاهرة امامك فحلتها بزهرتين مختلفتى الشكل وبيعض صور العائلة وعلقت فوقها على الحائط لوحة زيتية لمنظر طبيعي مناسب .

أما الصورة الثانية فهى لغرفة جمعت هى الاخرى بين حجرة المكتب وحجرة الاستقبال ولكنها ليست متسعة كالاولى لذا رأينا المكتب والمكتبة ينتحيان ركنًا منها وينفردان بنافذتين



جولنات مبتكرة

ومثبت بحزام ضيق يقفل بزرار . أما هذا البانو فيمكن وضعه حسب ذوق السيدة أى على الجنب أو الظهر أو الامام . هذا الموديل يلبس معه بوليرو أى صديري وبدون أكمام ويحتاج لقماش طوله متر و ٦٠ سم عرض ١٤٠ سم ومترين و ٨٥ سم من قماش عرض متر .

٥ - جولن ذات قصة مبتكرة تلف الجسم وتزرر على شكل هندسى كالبييه . الازرار من نفس قماش

ونصف عرض ١٤٠ سم أو الى ثلاثة أمتار ونصف من قماش عرض متر .

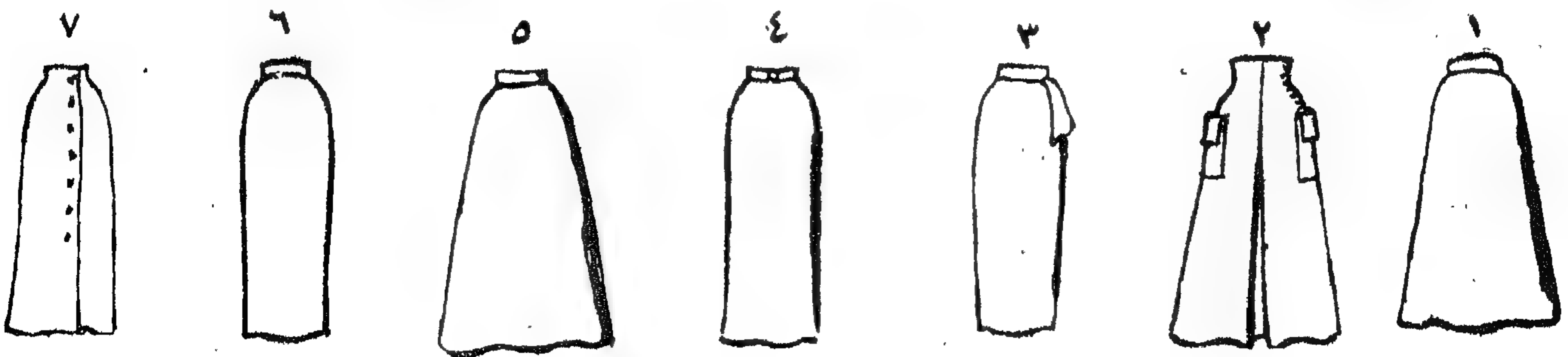
٣ - جولن فستان ضيقة بباسك مثبتة فى الجنب وفى الحزام ثم مستديرة من الامام وخالية . يجب أن تكون قطعة واحدة مع الجزء الاعلى . ولا تحتاج السيدة لعملها الى أكثر من ٨٥ سم من قماش عرض ١٤٠ أو من متر و ٦٠ سم من قماش عرض متر .

٤ - جولن ضيقة ذات بانو مشبوك وطاير على الظهر

داخلية كبيرة . أما الظهر فهو مقصوص ببييه ويكون جوديه خفيف من ناحيتي الكسرة الرئيسية . الحزام مناسب . تحتاج لمتر و ٢٠ سم من قماش عرض ١٤٠ سم الى مترين من قماش عرض متر .

٢ - جولن دغرى تحليها كسرة من الامام وأخرى من الخلف . وتعطى حريية الحركة . الجيبان الكبيران لهما قلابة كبيرة بمثابة الظهر والامام . تحتاج الى مترين

الجولن ذات اللون الرصاصي، الكريم، الخضراء والحمراء تلبس غالبا مع جاكته تريكو سوداء . أما من حيث القصة فهي مستقيمة وتحليها القصات والكسر الجودية من الخلف والبانو . لقد زالت مودة الجولن الواسعة الفضفاضة ذات الكسر الجودية أو المكشكشة . كل اتساع هذه الجولن محول الى الخلف . انها مسطحة من الامام وتتسع من الخلف بكسرة



أما يا مبروكة الفستان
نظيف تمام - كيف غسلته؟

الفصل يرجع
لعودة صابون سانلايت
انه يجعل الفسيل جميلاً وأبيضاً

صابون
سانلايت
عادثانياً

الصابون الذي تختاره كل سيدة مدبرة

انشاء ليمش

٢-٨ ١٤٩٥-١٥١



الجونلة • هذا الموديل ينفع
ليكون جزءاً من فستان كامل
ويحتاج الى ١٦٠ سم من
قماش عرض ١٤٠ سم
ومتريين و ٦٠ سم من قماش
عرض المتر •

٦ - هذه الجونلة المسطحة
الشكل هي كروازيه من
الخلف • والقفلة على الناحية
اليمنى وترتدى مع تايور أو
لتكون جزءاً من فستان
كامل • انها تليق بجميع
الاجسام وتحتاج الى ٨٥ سم
من القماش العريض ومتر
و ٦٠ سم من قماش عرض
متر •

٧ - جونلة كروازية قصت
على طريقة المحفظة وبأزرار على
الجانبين (أى من الامام ومن
الخلف) هذه الجونلة
البسيطة تليق بالسيدة
الشابة الرفيعة • يمكن
ارتداؤها مع بالطو واسع •
أما القماش اللازم لها فهو
٨٥ سم عرض ١٤٠ سم أو
متر و ٧٠ سم من عرض متر



بنك مصر

شركة مساهمة مصرية

المركز الرئيسى ١٥١ شارع محمد بك فريد
فرع الاسكندرية ١٩ شارع طلعت حرب
يؤدى جميع أعمال البنوك
للبنك فروع ومكاتب ومندوبيات بأهم مدن القطر المصرى
وله مراسلون ووكلاء فى جميع أنحاء العالم
قسم صندوق التوفير يشجع على الادخار
قسم تأجير الخزائن الحديدية للايجار بشروط مناسبة
مؤسس الصناعات الكبرى وشركات مصر

الظهر :

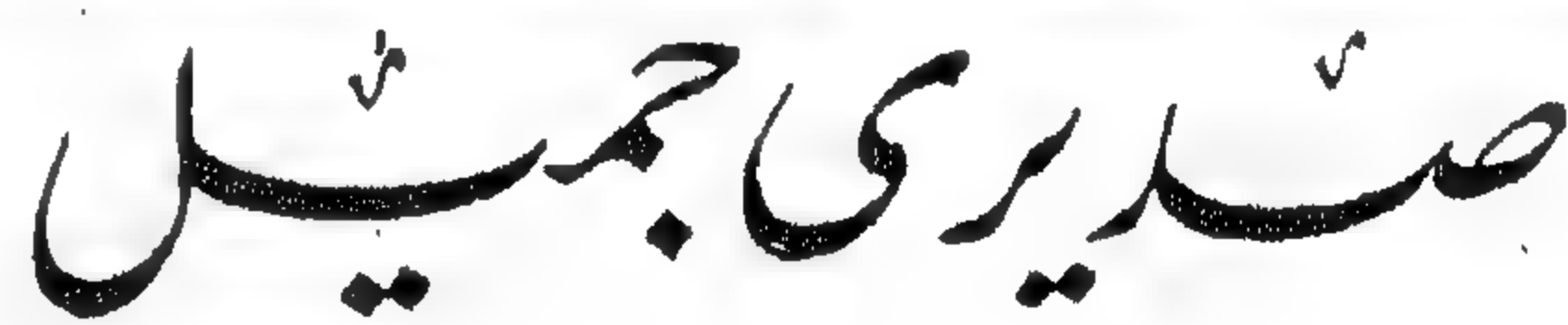
خريطة الاكتاف على المكنة

• وخیطی الزرایر قبالتها •

الصدر :

کل جانب من جانبی

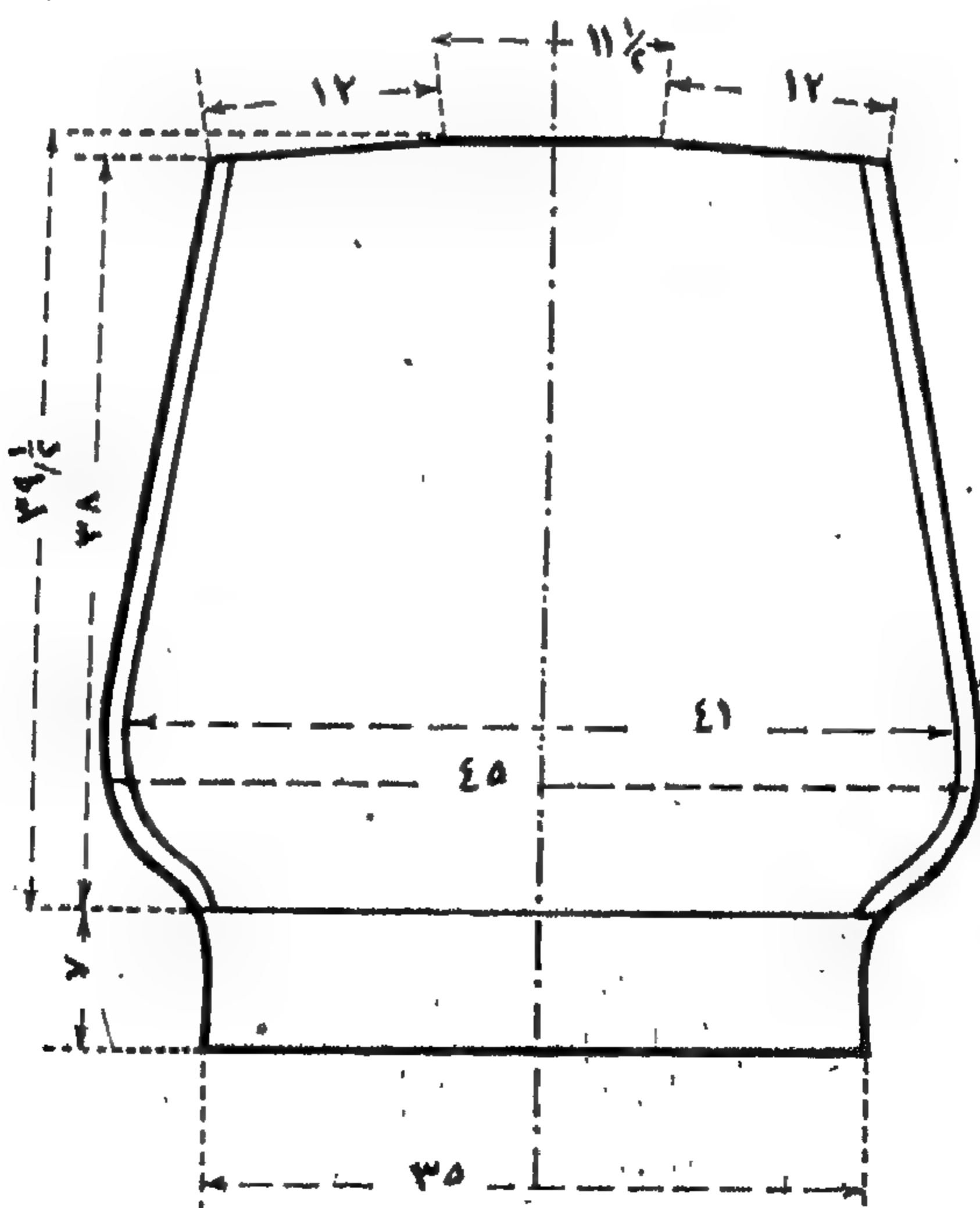
الثانية والعشرين ارجعي



٢٠٠ جرام من الصوف
الميرينو الاخضر الزرعى هو
كل ما تحتاجين اليه مع ابرتين
تريكو نمرة ٢ ونصف وأخريين
نمرة ٣ وثلاثة أزرار •

أنتك :- ا عدل ا مقلوب
غرزة موسى :- كله على
العدل

معا علی دفعتین - ۸ عدل ،



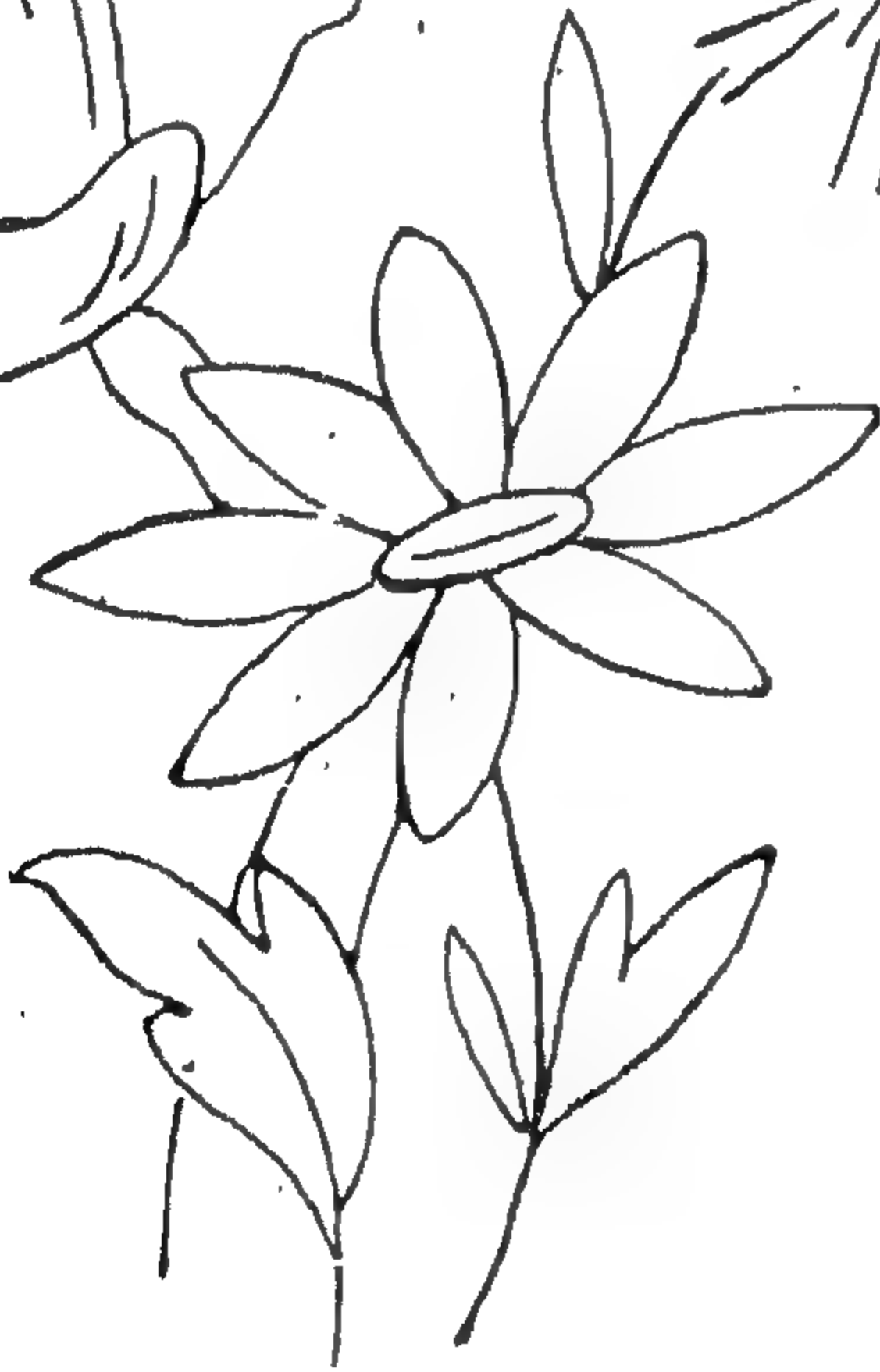
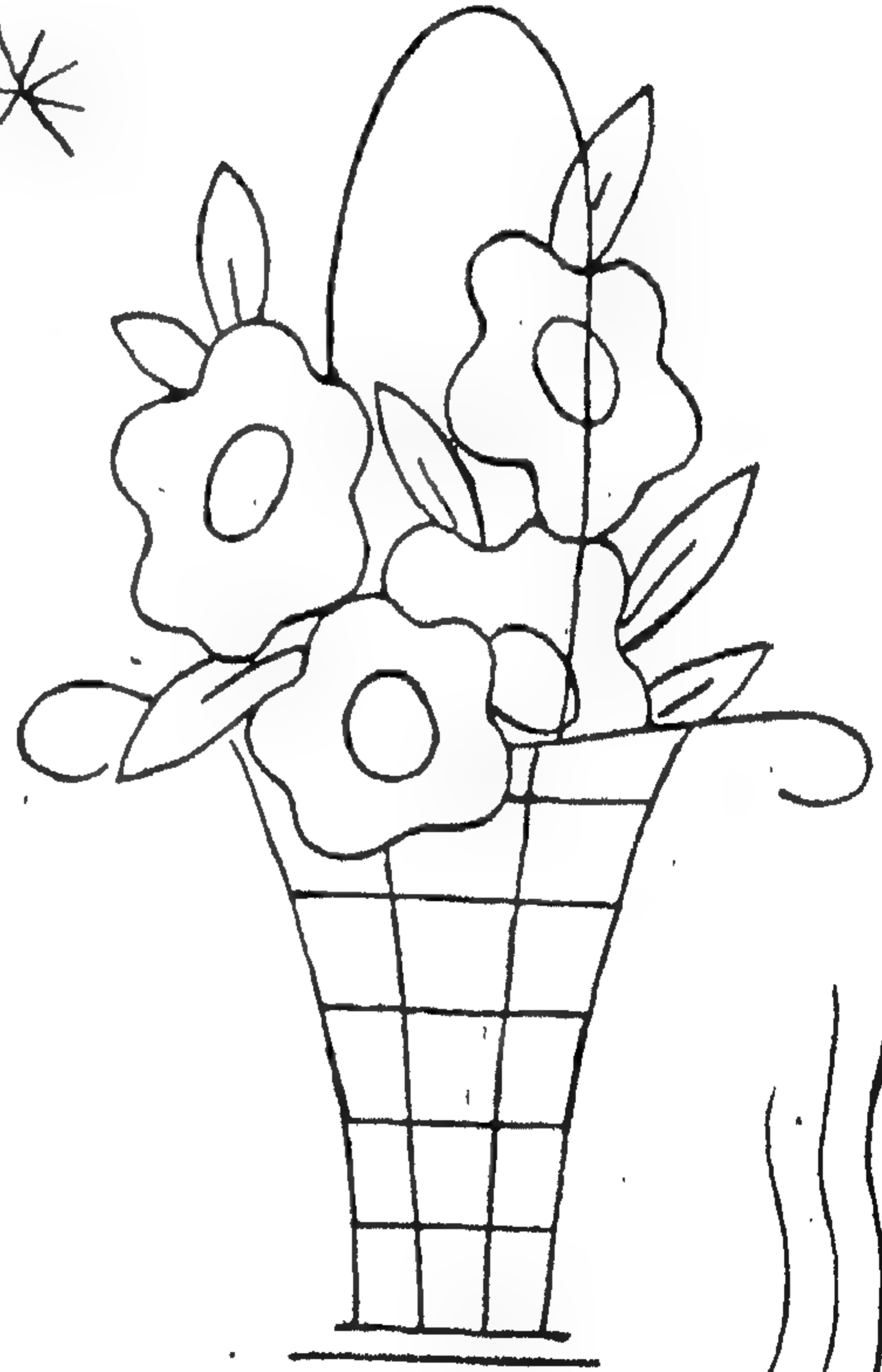
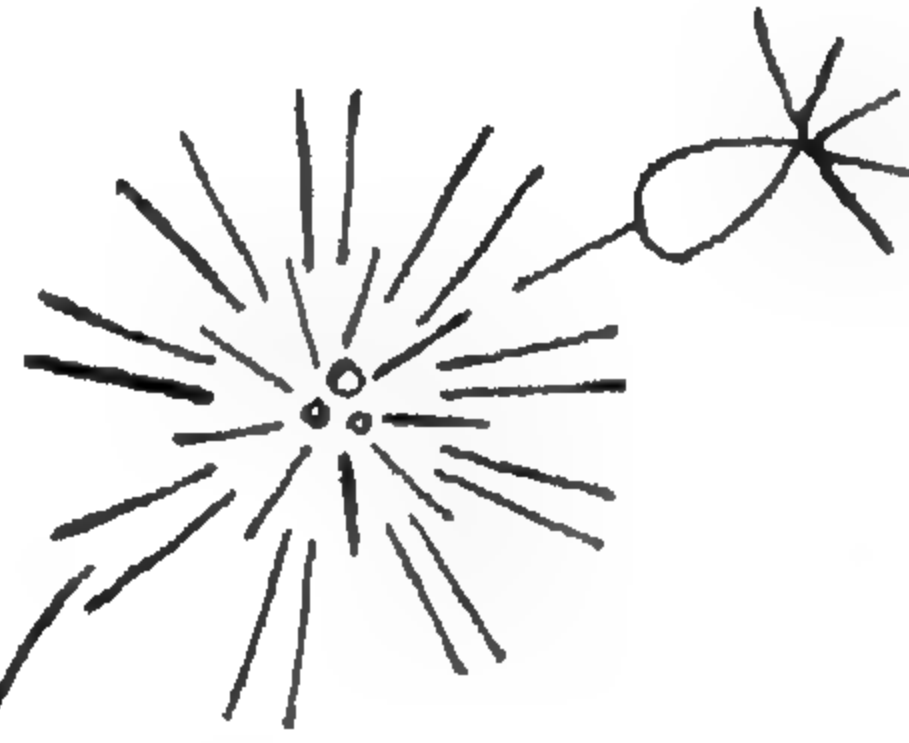
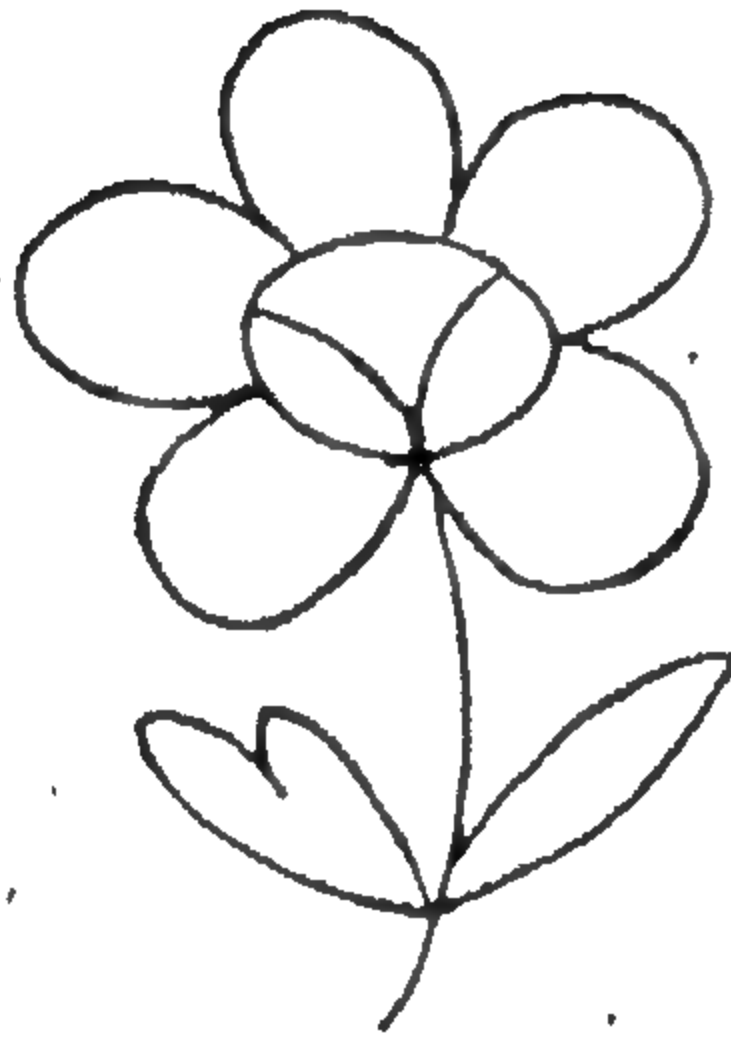
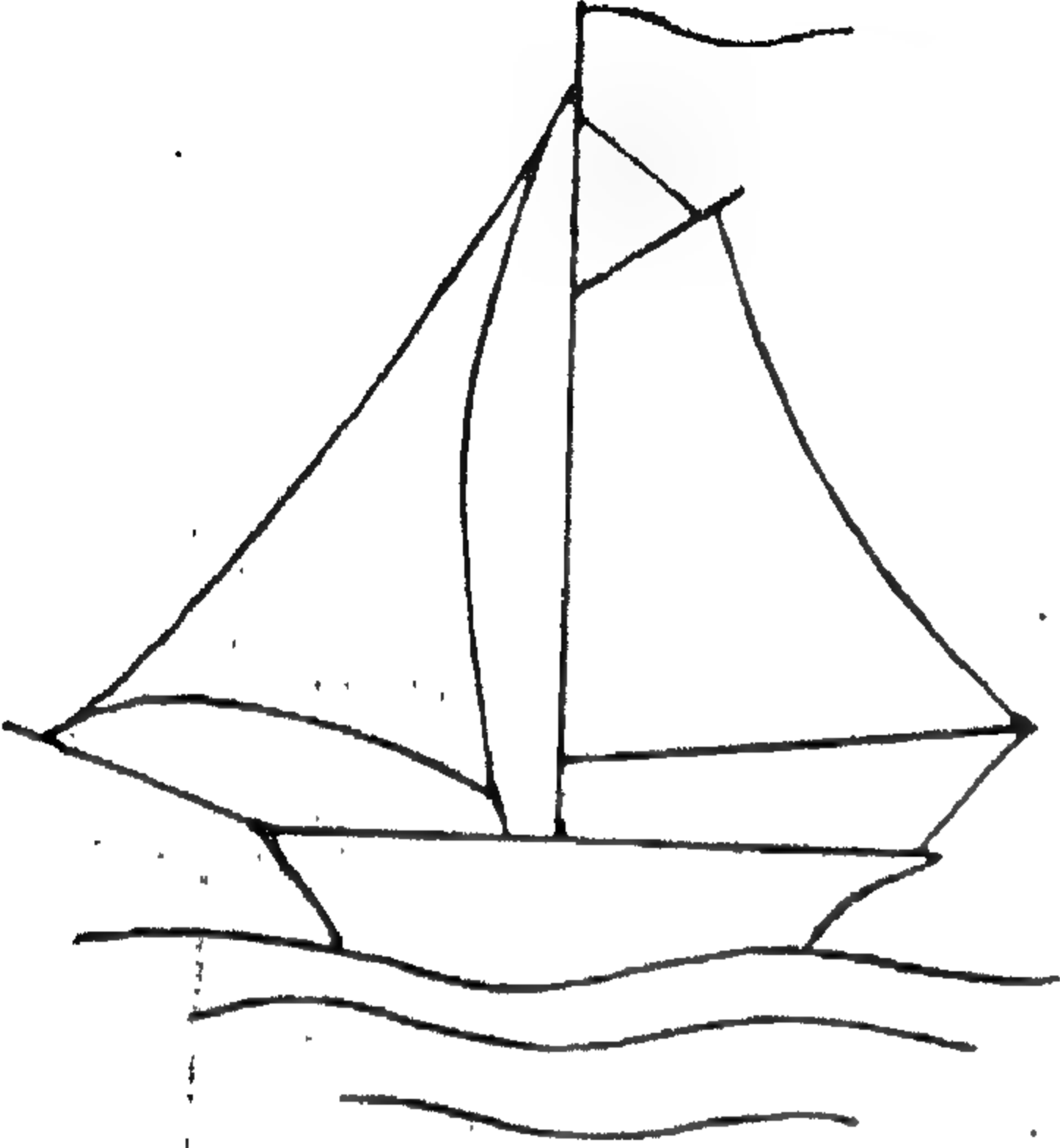
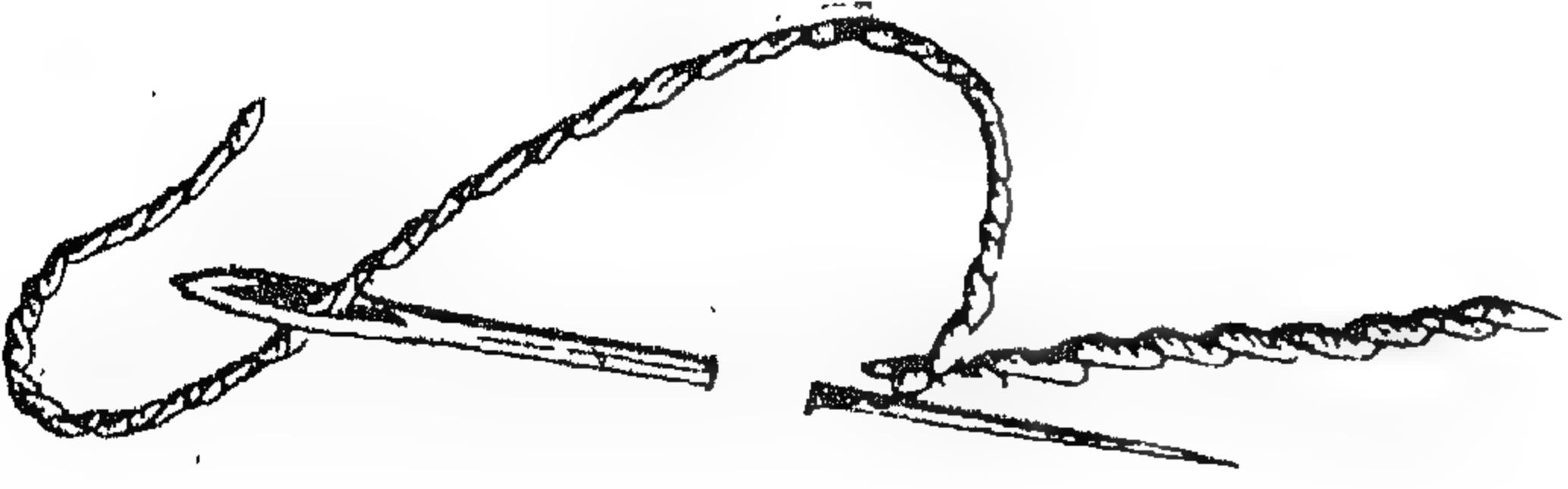
غزرة لفرغ

نقص هذه الفرزة بسهولة على أن تتبع

المخطط المبينة من شمال إلى اليمين

ولكي تحصل على غزرة منتظمة اغزري

دائماً في الفرزة السابقة



تايور من التريكو



انك لن تزهدي هذا
التايور الشيك الذي يمكنك
ارتداؤه في الصباح ، واذا
وضعت اشارب حول عنقك
وشبكته بدبوس جميل
فسوف يمكنك ارتداؤه
للعشاء .

بليسيه الجونلة الذي
تفتحه خطواتك الرشيقه
والاكمام الفضفاضة الشائعة
موضتهما هذا الموسم سوف
يجعلان من التايور صديقك
الحميم .

تستطيعين عمله بكوردنيه
اسود وتبطنيه بسوراه
مطبوع .

وكل ما يلزمك هو ٦٥٠
جرام من الصوف الفلانل
الرمادي ذي الاربعة فتلات
وابرتين تريكو رقم ٣ ثم
قليل من الصبر .

كثيرا ما ارتدت السيدات الجاكيتات والبلوزات
التريكو لان مودتها لا تبطل ولانها مريحة ورشيقة
معا . اما الآن فتفضل السيدة الانيقة التايور
او الفستان التريكو لانه يمكن ارتداؤه في أغلب
الافاق : في الصباح ووقت الشاي وحتى في
المساء . اذ أنه يلائم جميع الافاق .

كل دورين على الجانبين .
واذا وصلت الى ١٥ سم
طولا اقلها دغرى واعمل
ياقة مماثلة للبطانة .

الظهر : اعمل الظهر على
قطعتين . تخيطيهما من
الوسط . اعمل غرز عرضها
٢٣ سم واشتغلي دغرى
واذا وصلت الى ٣٦ سم
طولا ابدئي بزيادة غرزة كل
دورين على ٦ دفع ثم زيدي
غرز بعرض ٣٧ سم دفعة
واحدة للاكمام واستمري في
الشغل حتى تصلى الى ٢٢
سم طولا فاقللي جميع
الغرز دفعة واحدة .

خيطي النصفين معا .
وخيطي الاكتاف معا مع
وضع شريط بييه بينهما
فيكون بارزا على الاكتاف .
بييه : اشتغلي غرز
عرضها ٦ سم لطول ٦٠ سم
ويلاحظ ان تأخذي غرزتين
معا في الغرزة الاولى على
الوجه وتزيدى غرزة بدلا
منها في آخر الدور .

اقللي بزرايين جميلين
او بوضع ايشرب مناسب
للون .

الجونلة : - الامام : اعمل
٣٠٣ غرزة .

(١) + ٣ مقلوب ، ٨ عدل
١ بدون شغل وتؤخذ على
المقلوب ، ٨ عدل + (١٥)
دفعة ٣ مقلوب .

(٢) اشتغلي الغرز كما
هي اي المقلوب مقلوب
وكذلك العدل والتي بدون
شغل تؤخذ ايضا بدون
شغل .

(٣) مثل الدور الاول .
(٤) اشتغلي الغرز كما
هي واشتغلي ايضا المتروكة

بدون شغل . كرري هذه
الادوار الاربعة .

يعمل التنقيص بعد ال ٣
مقلوب (١ بدون شغل ١
عدل ثم تفوتي المتروكة بدون
شغل فوق العدل) ثم قبل
ال ٣ مقلوب اشتغال ٢ معا
وهكذا يكون النقيص في ال ٨
عدل وتصبح ال ٧ عدل
وهكذا .

يلاحظ أن يكون التنقيص
على ارتفاع ٨ ثم ١٥ ثم ٢٣
و ٣٠ و اخيرا ٣٧ سم من
الاسفل واذا وصلت الى
ارتفاع ٤٥ سم من الاسفل
اشتغلي جميع الغرز
جرسيه مع اخذ آخر غرزة
مقلوب والاولى للعدل ثم
فوتي آخر غرزة على الاولى
مقلوب ما عدا الجانبين .
فيصبح معك ١٢٣ غرزة
اشتغليها عدل لارتفاع ٢٤
او ٢٥ سم وتقفلي مع
الملاحظة بان تكون الجونلة
على ارتفاع ٣٥ سم من
الارض .

ظهر الجونلة : - اعمل
١٣٤ غرزة واشتغلي كالامام
(١٢ كسرة) واذا وصلت الى
الجرسيه فيكون معك ٩٩
غرزة

اكوي الجونلة جيدا مع
التشديد على الكسر ثم
خيطيها وربكي بها
جروجران لستك واكثير .

بنك النيل

مجلة نائية اجتماعية أدبية

تصدر أول كل شهر

صاحبها ورئيس تحريرها

الدكتور أحمد بن شفيق

يشرف على تحريرها

الدكتور إبراهيم عبد الله

الدار : ٤٨ شارع مصر النيل ، القاهرة

تليفون : ٤٩٦٦٨ - ٤٠٦٨٤

الأشهر ٣١ أكتوبر

معرض عام

لأحدث
أزياء
فصل
الشتاء



عند

شيكوبيل

القاهرة - اسبوط

وتريمود بالاسكندرية

فرع شيكوبيل

١٩٤٦

لا تنسى أن تطالبي من البائع

مع هذا العدد الباترون والكتكون

هدية من بنت النيل

بلوزة
أنيقة



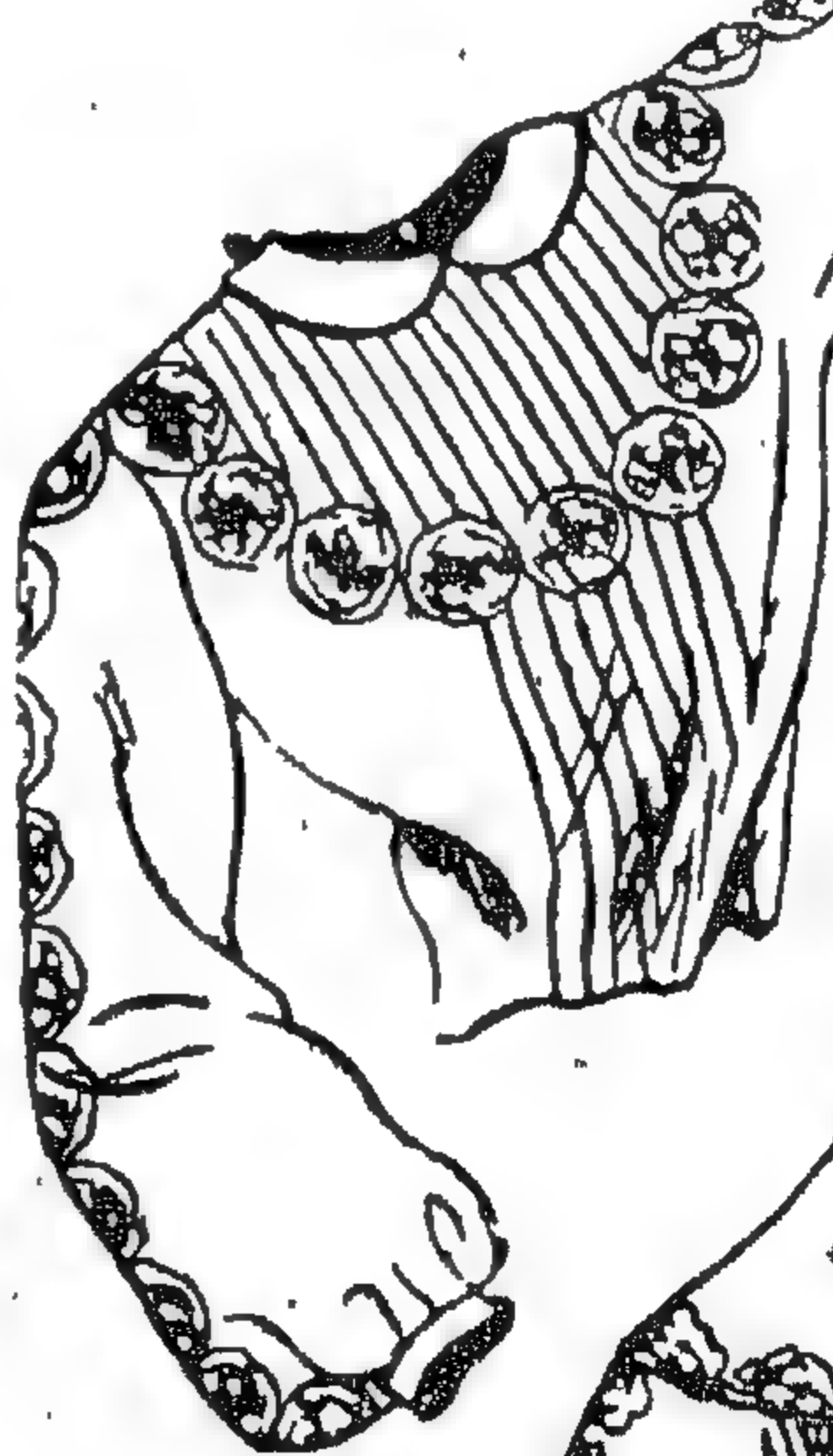
بلوزة من الكريب
دي شين تلبس على
تايير . الكمان
مزمومان على معصم
من الدانتيل .
- بلوزة من
الكريب دي شين
الكورساج
مزموم
الكمان
طويلان
مخيلان
بالدانتيلة



- بلوزة أنيقة من الكريب دي
شين الجزء الأعلى منها محلي
بشبات صغيرة .

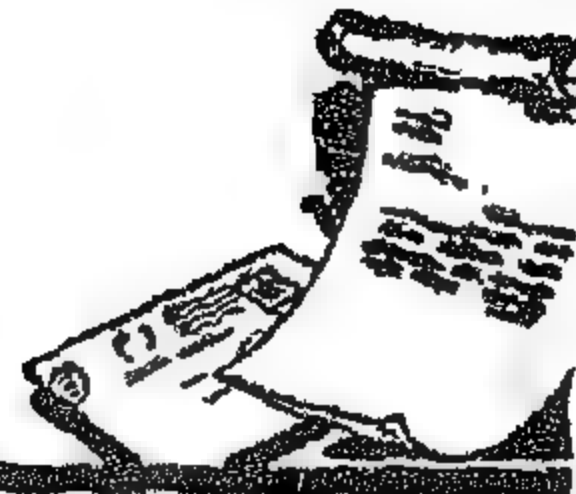
- بلوزة من الكريب دي شين
أو التوال دي سوا . حلي ما
حول الياقة بدنتلة مستديرة

- بلوزة من الكريب دي شين
أو اللينو الرقيق . الكمان
مستفخان . والياقة بفيونكة





بريد النيل



انسنة ف. الزاهد . سيدى غازى:
(١) الحمام البخارى اسرع في
ازالة السمعة من التدليك . (٢)
لقد كتبنا كثيرا عن الايتيكيت
فترجو ان تعودى الى مجموعة بنت
النيل .

انسنة ه.ع. الرافعى بنها :

يجب ان تعرضى نفسك على
طبيب باطنى . فقد يكون سبب
سقوط شعرك ضعف صحتك .
اما ان ظهر انك ذات صحة معتدلة
فعليك بتمشيط شعرك يوميا لمدة
خمس دقائق بعد نهوضك من
النوم وقبل ذهابك الى الفراش
لكى منابت شعرك ثلاث مرات في
الاسبوع بمزيج من زيت الخروع
وزيت الزيتون النقى ثم اغسله
بماء دافى وصابون . جربى ايضا
نص اطرافه واخبرينا بالنتيجة
بعد مضي شهرين من هذا العلاج .
فتحية المملوك العباسية :
لا توجد طريقة اخرى غير التى
جربتها . ونظن ان الجلد من
النوع الردى .

انسنة قارئة بنت لنيل :

نحن لا نتقاضى اجرا عن الاسئلة
التي ترد لنا من قارئات بنت النيل
ارسلى ما يعن لك من اسئلة
لتجيبك عليها .

انسنة فيفى بكلية الاداب :

(١) لا داعى للاستمرار فى وضع
هذا المرهم بما ان رموشك قد
عادت فريرة الى سابق عهدها .
(٢) ارسلنى لنا اسمك وعنوانك
لنرشدك الى اخصائى فى جراحة
التجميل ولو اننا من انصار المثل
الفرنسى الذى يقول «الانف الكبير
لا يفسد الوجه الجميل» .

قارئة بنت النيل ن.ع.ا :

(١) الالعاب الرياضية لا تخفف
الوزن الا ان مورست بشىء من
القوة والعنف . (٢) يمكن دهن
رموش العين بزيت الخروع مع
الحرص على عدم مس العين ذاتها
(٣) يجب اولا معرفة سبب ضعف
صدرك . هل هو من ضعف الغدد
ام من عدم ممارسة الالعاب
الرياضية . ففى معتدلة وارفعى
ذراعيك الى اعلى ثم الى الجانبين
عشرين مرة . فان لم يفك هذا
التمرين بعد ممارسته بشهر
فيجب ان تعرضى نفسك على
اخصائى فى الغدد .

احدى قارئات بنت النيل :

ادهنى رقبك باللبن الزبادى
واتركه عليها الى ان يجف ثم
ادعكه حتى يزول كله ودلكيه
بكريم مغد .

سهام عادل محمد الجيزة :

لو كان جادا لطلب يدك من
والدك عند تخرجه .

ك.ع.ا. الزقازيق :

(١) يجب ان تبادى بعرض يدك
على اخصائى فى الامراض الجلدية
واياك واهمالها . (٢) يحسن ان
تعالجى حب الشباب بالامتناع عن
اكل التوابل والشكولاته واخذ
ملين كل ليلة . اما عن اللبن
الزبادى فهو يفيد البشرة .

ن.ب.ا. الحائرة جدا جدا :

لو كنت مكانك لحاولت ان اعرف
سبب غضب والدتى على اللين
والسياسة ونحن لا نريد ان
نصدق ان اما تكره ابنتها .

فوزية معوض جاد بالاسكندرية :

اخطات بنقعك البلوفر فى الماء
البارد والصابون والبقع التى
حدثت ما هى الا نتيجة نسل
اللون ولا انصحك بمعالجتها لان
هناك طرقا كثيرة قد توصلك الى
اصلاح اللون لكن اخشى انكماش
القماش للدرجة تفسد استعماله .

انسنة ع. عاشور طالبة بالاميرة
فوزية الثانوية :

لو انك اتبعت الطريقة الصحيحة
فى غسل الصوف كما درس لك
بالمدرسة على يد الاخصائيات فى
التدبير لما فسدت بلوزتك .
والطريقة التى امامك الان هى
ضرورة ازالة جميع اللون الرمادى
من البلوزة ، فراجعى الباب الخاص
بمعالجة الصوف ثم باب البقع

وازالتها فى كتاب الغسل والسكى
الذى قررته لك الوزارة .

بشينة عبد الرازق :

تشليج الجبلاني او الكاساتا فى
الثلاجة الكهربائية يختلف تماما
عن تشليجه فى آلة التشليج المعتادة .
ولكى تتجنبى خشونة الكاساتا عند
استعمالك الثلاجة الكهربائية يجب
تفريغ المزيغ عند نصف مرحلة
التشليج فى سلطانية عميقة وضربه
بشدة بمضرب البيض السلك حتى
تتكسر الاجزاء ثم يرد ثانيا لاكتمال
مرحلة التجمد ولا مانع من اعادة
ضربه مرة ثانية فذلك يجعل
المزيغ ناعما امس وساجيك الى
طلبك ان شاء الله فى الوقت
الناسب .

البائسة احدى قارئات بنت النيل :

لم هذا اليأس يا آنسى فان
فى استطاعتك ان تريدى وزنك ان
تغذيت جيدا وطردت عنك هذه
الاشباح السوداء . خدى حقن
كالسيوم ومارسي بعض الالعاب
الرياضية الخفيفة .

ه.ا. ديباط :

لا ننصح باستعمال هذه
السويتشات فهى مضره للصحة
وعلى أى حال فان من الممكن تصغير

كسوة الاولاد

لم نعد تشغلها .. لأنها تجرد في
معد واحد كل ما يلزمها من

فساتين للبنات

بلاطى

بدل للأولاد

بدلة سالوبيت للأولاد

بيجامات

تريكو

ملابس داخلية ٣/٤

دع الخ ...

وتلك بأسعار لم تكن

تعلم بها .. لدع

فسيم كونكا

٥ شارع فؤاد الأول (قرب شبراخيت)

٤٦٤٢٨ ٥٦٦٢٦

سكك حديد الحكومة المصرية

صرف تذاكر مشتركة الى الوجه القبلى بأجور مخفضة
للسفر بها بالسكك الحديدية والمبيت فى عربات النوم
والاقامة فى الفنادق

يتشرف المدير العام باعلان الجمهور انه بموجب اتفاق
مع شركة فنادق الوجه القبلى والفنادق الاخرى وشركة
عربات النوم قد تقرر اعادة صرف التذاكر المشتركة بمعرفة
مصلحة السكك الحديدية للحكومة المصرية ابتداء من اول
اكتوبر سنة ١٩٤٩ لغاية ٣١ مارس سنة ١٩٥٠ بأجور
مخفضة للسفر بالسكك الحديدية والمبيت فى عربات
النوم للدرجة الاولى فقط والاقامة فى الفنادق .

وتشمل هذه التذاكر الاقامة فى الفنادق المينة بعد نـ

اسم الفندق	درجة الفندق	الاجرة عن ٥ ايام و ٤ ليال من القاهرة
فندق ونتربالاس	درجة اولى ممتازة	١٦٩٣٠
فندق كاتاركت	درجة اولى ممتازة	١٩١٢٠
فندق جران	درجة اولى والسفر بالدرجة الاولى	١٥٠٨٠
فندق سافوى	درجة اولى والسفر بالدرجة الثانية	٩٣٢٥
فندق سافوى	درجة اولى والسفر بالدرجة الاولى	١٧٢٢٠
فندق سافوى	درجة اولى والسفر بالدرجة الثانية	١٠٠٩٠
فندق سافوى	درجة ثانية ممتازة والسفر بالدرجة الاولى	١٤٢٠٠
فندق سافوى	درجة ثانية ممتازة والسفر بالدرجة الثانية	٨٢٤٥
فندق سافوى	درجة ثانية والسفر بالدرجة الاولى	١٢١١٠
فندق سافوى	درجة ثانية والسفر بالدرجة الثانية	٦٣٥٥
فندق سافوى	درجة ثانية والسفر بالدرجة الاولى	١٢١١٠
فندق سافوى	درجة ثانية والسفر بالدرجة الثانية	٦٣٥٥

حجم الصدر بتدليكه تدليكا دائريا من الداخل الى الخارج فان افلح هذا العلاج فعليك باستشارة اخصائى فى الغدد .

؟؟؟

(١) قصى اطراف شعرك ودلكى منابته بصفاير بيضة ثم اغسله جيدا بالماء الدافىء والصابون ومشطى شعرك يوميا لمدة خمس دقائق عند النهوض من النوم وقبل الذهاب الى الفراش . (٢) لا نعتقد ان الحبوب التى وصفتها لنا هى حب الشباب . اياك ولسها . اغسلها بماء ساخن بقدر ما تحتملنه ورش عليها بعد ذلك شيئا من بودرة التالك .

نونا بشبرا :

قلنا لقارئتنا مرارا الا بفردن شعرهن بالبرمانانت . اتبعى العلاج الذى وصفناه على هذه الصفحة لفيرك من القارئات ليقوين شعرهن .

الانسة انعام عبد الله حسن :

(١) يجب ان تعرضى نفسك على اخصائى فى الامراض الباطنية . (٢) خذى ملعقة برفين قبل النوم فلا يلبث ان يزول الامساك .

مدموازيل ل. ش. بالاسكندرية :

قلنا اكثر من مرة بضرر كى الشعر . استمرى على العلاج الذى اشير عليك به .

سونيا هينى :

يجب ان تخلعى القفاز عندما تصافحين سيدة ويجوز تركه على اليد عند مصافحة رجل .

كاميليا الزقازيق :

اغسله بالماء الدافىء ومذوب الصابون ثم اشطفيه بالماء الدافىء ثم البارد مع مراعاة السرعة واستعمال الضغط بدلا من الدلك فى غسله وعصره ثم يعصر جيدا فى بشكير ويلقى فوق المشجب فى الهواء حتى يجف ثم يكوى . (٢) قد يكون ارجاع اللبن نتيجة لكثرة الكمية التى يتناولها الطفل منه . فلاحظى الا تزيد مدة الرضاعة عن ربع ساعة . (راجعى باب الاطباء هذا الشهر) اجتنبى ارجحة الطفل عند الرضاعة . اربتى على ظهره ربنا خفيفا عقب الرضاعة وهو فى وضع اقصى لطرد الهواء الذى يكون قد ابتلعه مع اللبن . دعيه يستريح بعد ذلك فى فراشه على جانبه الايمن لمدة كافية .

ا. س. مفاغة :

لا ترهقى نفسك . اكثرى من اكل المواد الدسمة والسكرية والفواكه . تنزهى وقومى ببعض التمرينات الرياضية فى الهواء الطلق . ابعدى عنك الافكار السوداء واعرضى نفسك على طبيب باطنى فقد تكونين مصابة بفقر فى الدم .

م. ا. ع. سوهاج :

يمكنك شراء هذه الرسومات من تجار الخردوات او من محال بيع آلات الخياطة .

سعادات الكوم الاخضر :

ارى ان الطريق الوحيد امامك هو الجامعة فالتحقى بكلية الاداب فليست فيها قيود للسن . لان سنك لا يخول لك مطلقا الالتحاق بمعاهد المعلمات بأنواعها

علية وهبى السويس :

لا يمكن ازالة البقعة التى حدثت فى روبك الصوف الا بغسله بالماء ومذوب الصابون فاتبعى الطريقة الصحيحة لغسل الصوف التى سبق نشرها فى احد اعداد المجلة ولاحظى الدقة فى اتباع السرعة فى مراحل الغسل والشطف والعصر حتى تحصلى على احسن النتائج

س. ع. بحيرة :

جربى غسله بالبنزين مرتين ثم اعصره جيدا فى بشكير او ملاءة سرير ثم عرضيه للهواء مدة كافية لازالة رائحة البنزين ولاحظى اجراء هذه العملية بعيدا عن المطبخ وبعيدا عن النار .

فايزة ف. دمياط :

دلكى منابت شعرك يوميا بمزيج من زيت الخروع وزيت الزيتون ثم اغسله جيدا بالماء والصابون .

سندس بمصر الجديدة :

انت مصابة بضعف عام ويجب ان تقوى نفسك بالحقن بعد عرض نفسك على طبيب باطنى .

سامى سعد الدين واصدقاؤه :

نشكركم على عواطفكم الرقيقة ونبادر فنطمئنكم الى ان الكتكت سيعود الى الصدور بمفرده قريبا وسيكون اسبوعيا باذن الله . فلا تنزعجوا ولا تقلقوا ايها الاصدقاء الاعزاء .

زيوف اسكندر :

لا بد وانك مصابة بفقر دم . خذى حقنا مقوية مثل الكالسيوم الذى ينقصك بدليل ضعف نمو اظفارك . اعرضى نفسك ايضا على اخصائى فى الانف والاذن والحنجرة بعد ان تتأكدى من انك غير مزكومة .

الدكتورة عطية محرم بك :

لا نستطيع ان نحكم على مقالة بالنشر او بعدمه قبل قراءتها . ارسليها لنا ان اردت ولن نردها اذا لم تنشر .

الانسة حياة عبده بمنشية البكرى :

(١) لو انك اتبعت الطريقة الصحيحة لغسل الحرير لما بهت فستانك . وليس هناك من علاج له سوى ازالة جميع اللون الاحمر

مارى جرجس بالنيا :

(١) لا توجد بالادارة الاعداد التى تطلبينها . (٢) جربى تدليك منابت شعرك بصفاير بيضة ثم اغسله جيدا بالماء والصابون . (٣) يمكن اطالة قامتك بمقدار ثلاث سنتيمترات وذلك بممارسة بعض الالعاب الرياضية مثل العقلة والمتوازيين . وهذه الالعاب يجب ان تمارس باشراف اخصائية (٤) خاطبى المكتبة راسا .

نجاة عبد الحافظ بدمهور :

الم تقولى لنا هل نجحت فى السنة الثالثة ام لا وعلى اى حال فاننا لا ننصحك بان تدرسى فى منزلك ان كان فى استطاعتك العودة الى مدرستك .

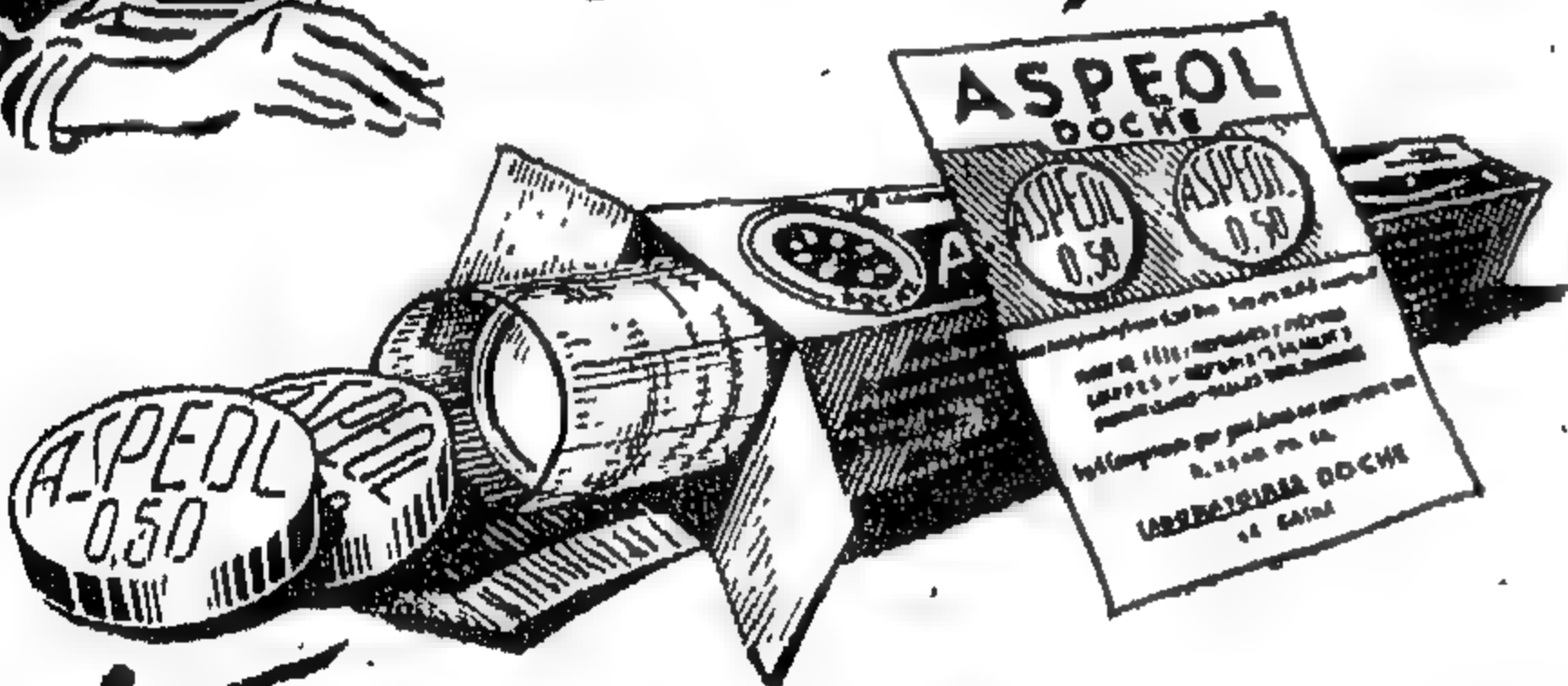
فيصبح الفستان ابيض ناصعا ثم تصبغه باللون الذى يروقك . (٢) اغسلى فستانك الغالى بالبنزين مرتين ثم اشطفيه فى بنزين نظيف ثم اعصره بالضغط وضعيه بعد ذلك فى بشكير او ملاءة سرير لامتصاص جميع البنزين ثم علقه على الشماعة فى الهواء الطلق حتى تزول رائحة البنزين . ولا تنسى اجراء هذه العملية بعيدا عن النار او الكبريت او حرارة الشمس الشديدة والا التهاب البنزين .

كريمة البكش بالغبوم :

لا يمكن تشخيص ما اصابك انت وصديقتك على الورق . يجب ان تبادرا الى عرض حالتكما على اخصائى .



اذا شعرت بأقل
توعك، تناول
اسبيرول



قرص واحد يكفى !

لا تنتظر حتى يستفحل امر الزكام والانفلونزا فيقعداك عن العمل . حالما تشعر بأول توعك تناول قرصا واحدا من اسبيرول ثم تناول قرصا كل ساعتين الى ان يخف التوعك ويزول .



معامل أدوية دوش بالقاءرة

ذات ليل من الصيف

بقية المنشور على صفحة ٦٢

الخرافة .. لا يقوى عليه ..
حتى الموت ! ..

فقد وقعت في يدي رسالة
كانت تحملها الى وفاء خادمتها
الصغيرة يصف فيها الشاعر
أحزانه وآلامه من صدها
وجفائها ، اختتمها بقوله :
« زهرة حياتي تذبل
وتذوي .. ورياح الموت
تعصف بأوراقها في جنون ..
ولكن قلبي المسكين ما
زال يحلم ويأمل ، أن أراك
مرة واحدة قبل أن أموت ..
ما أقساك يا وفاء ! »

وكانت وفاء دائما تسألني
عن وحيد ..

ألم يعلم بمرضها ؟ ألم
يستفسر عنها ، أو يأتي
لرؤياها ؟

وكننت دائما أقول لها
انني أراه كثيرا ولكنه لم
يسألني يوما عنها أو يأتي

لزيارتها رغم انني أخبرته
بمرضها ..

وكانت المسكينة كلما
سمعت ذلك ، تسحب الغطاء
على وجهها وأحس بجسمها
يختلج فأدرك انها تبكي ..
فكننت أغادر الغرفة وأنا لا
أملك نفسي من الابتسام
الشامت ! ..

ورغم انني كنت أعلم علم
اليقين - من مذكرات وفاء
التي كنت أداوم على قراءتها
جلسة - أن حبهما من ذلك
النوع الطاهر العفيف وأن
وحيدا قد ضحى بقلبه من
أجل سعادتها وآثر أن يقبر
حبه من أن يربط حياتها
وشبابها بجواد عليل هزيل
يترقبه الموت في كل لحظة ..
رغم ذلك ، كنت أشعر
بسعادة عجيبة كلما وفقت
خطوة في القضاء على ما
بينهما من ود وتآلف ..

ولست أدري للآن مبعث
ذلك الشعور أو تعليله ؟!

وذات ليلة من شهر
سبتمبر ، كانت حالة وفاء
تنذر بالخطر ، والطبيب قد
غادر لتوه المنزل ليستدعي
أحد زملائه ، وهو يحذرني
من الجلبة أو اتيان شيء يثير
انفعالها فان ذلك قد يؤدي
بحياتها ..

وجلست على مقعد بجوار
الفراش ، وكانت وفاء
مستلقية على ظهرها وقد
استرسل شعرها الجميل
حول كتفيها في هدوء ،
وأغلقت عينيها نصف اغلاق
وسرحت بنظراتها الهادئة
الى الافق البعيد .. حيث
غابت مواكب الغروب وبدأ
القمر يرقى سفع السماء
تنتثر حواليه النجوم كأنها
حاشية لملك عظيم ! ..

كانت ليلة صيف لم أر

أجمل ولا أروع منها ..
ومضت دقائق كنت أتأمل
خلالها وجه وفاء الجميل
وشفتيها الورديتين وقد
ارتسمت عليهما ابتسامة
ساذجة .. ويديها البضتين
وقد تشابكتا على صدرها
النافر البديع ..
ما كان أجملها في تلك
اللحظة ! ..

وفجأة ، سترت وجه
القمر سحابة كثيفة فأظلمت
السماء واكفهر الجو ..
ورأيت وفاء تفتح عينيها
في ذعر ثم تصرخ في هلع
وهي تشير بأصبعها نحو
السماء :

- وحيد ! .. وحيد ! ..
وأدريت وجهي في سرعة
الى حيث أشارت ، فرأيت
نجما يهبط كالسهم المارق
ثم لا يلبث أن يضمحل وهو
بين السماء والارض ! ..
وفي اللحظة التالية كان
القمر يتلأأ في قبة السماء
بعد أن مرق الغمام وعاد
ينثر بسماته البيضاء على
وجه الحياة ..
حدث كل ذلك في أقل
من لمح البصر ! ..

وحين عدت ببصري الى
وفاء ، رأيته مسجاة على
فراشها ، ورأسها مائل على
كتفها وعيناها مسبلتان وقد
انعقد ما بين حاجبيها ..
وكست أساريرها الحلوة
مسحة كثيبة من الاسى ..

ووضعت أذني على
صدرها .. كان قلبها قد
سكن سكون الابد ! ..

وفي تلك اللحظة ، مرق
السكون صوت الساعة
الكبيرة وهي تعلن الثامنة
مساء ..

وقبل أن يتلاشى من
سمعي صدى الدقات الثمان
رن جرس التليفون في عنف
وما كدت أرفع السماعة الى
أذني حتى سمعت صوتا
ملهوفا عرفت فيه صوت
محفوظ ، وبلا مقدمات ..

١٩٥٦



لذيذة كبيرة



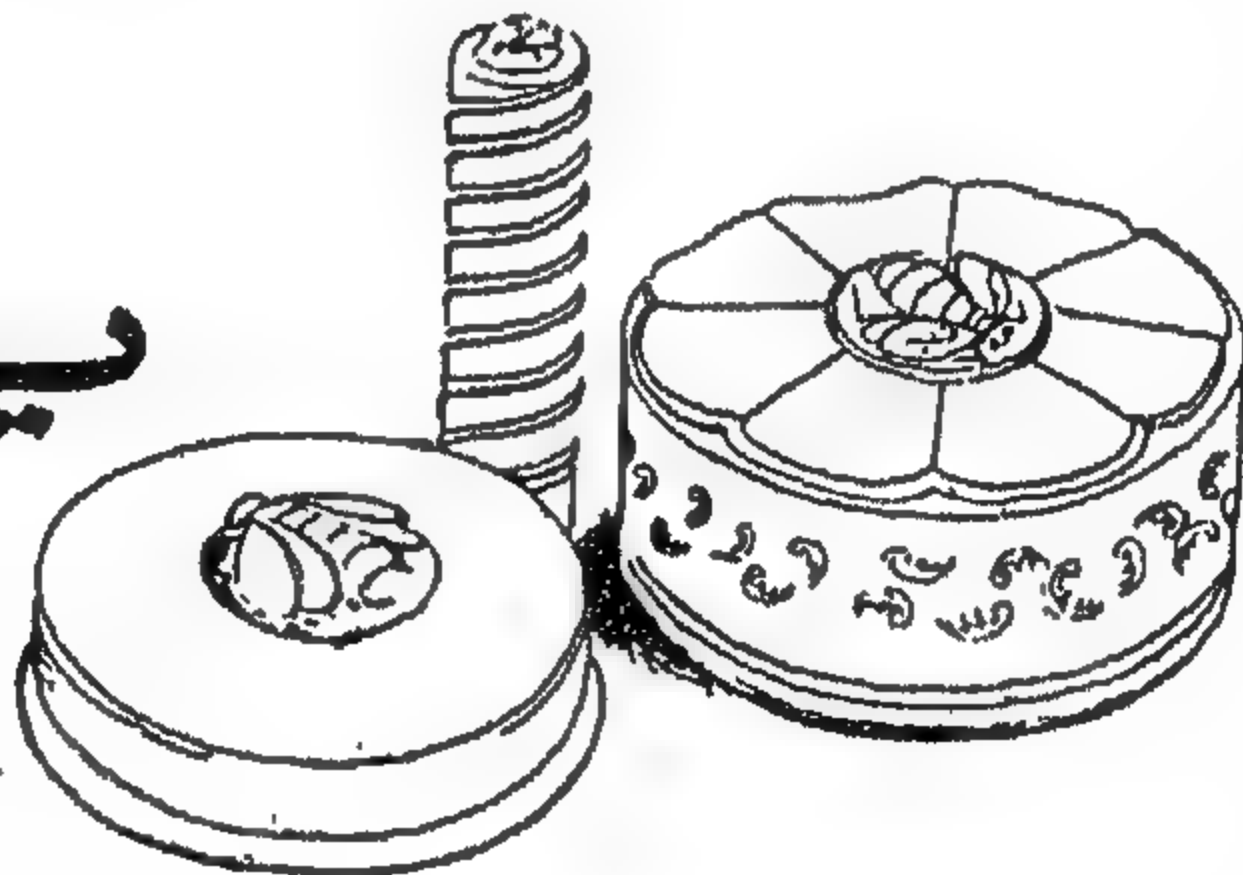
ولكن الجمال الطبيعي أفضل ...

.. وجمال مستحضرات ياردلي هو الجمال الطبيعي .. فان ماكياج للقاعدة ياردلي « ميك - اب - بيز » مثلا عبارة عن غشاء رقيق للغاية ولكنه غشاء من لون البشرة الطبيعي يخفي العيوب والتشققات الصغيرة .. ثم ان بودرة ياردلي تلتصق بهذا الغشاء وتندمج معه تماما فتبدو بديعة ناعمة لدرجة يصعب معها أن تصدق أن هناك أي أثر للبودرة على وجهك .. ومن أحمر الشفاة وأحمر الخدود توجد ألوان فاتحة نقية كالورد .. زاهية مثيرة .. وغيرها خيالية عذبة - تتخيرينها كما تشائين

ياردلي مستحضرات التجميل

كلينسنج كريم . نايت كريم (يعرف سابقا باسم شيكر فود) توننج لوبيسون . ميك - اب - بيز (قاعدة الماكياج) أحمر الخدود . بودرة . أحمر الشفاة

Y A R D L E Y ياردلي . ٣٣ شارع اولد بوند . لندن L O N D O N



وصباي .. الذي فرقت بيننا الحياة منذ سنوات ثلاث؟ ما أقسى الندم ! وما أسرع الايام ! لم يمض غير يومين حتى قرأت في إحدى الصحف الخبر التالي : « كان الوجيبه ممدوح عزت يقوم بتنظيف مسندسه فانطلقت منه رصاصه طائشة أصابت منه مقتلا فتوفى على الاثر .. » أهذه هي الحقيقة ؟ أم أن ضميره قد دفعه لان يقدم حياته قربانا على مذبح الحب ؟

ومسحت دموعي ، ثم أمسكت بالقلم لاضع الحيط الاخير .. للقصة !!

— اذا كنت تبحث عن الحيط الاخير للقصة فيمكنك أن تجده .. بين يدي القدر ! وتركني وانصرف ، ورحت أرقبه وهو يمضي الى الخارج وأنا أحس كأن أفعى مجنونة تتلوى في أحشائي وأسائل نفسي في حسرة : — أهذا الانسان المحطم هو (ممدوح) رفيق طفولتي

أخبرني في سرعة واضطراب .. أن « وحيد » قد مات .. وسألته في خبيل وأنا الهث : متى ؟ ..

وقال وهو يغلق السكة : في تمام الثامنة .. الآن .. ووضعت السماعة مكانها وكل عضلة في كياني تختلج والعرق يتصبب على جبيني في غزارة ..

وأفقت من ذهولي على صوت ضميري الذي هب فجأة وراح يقصف كالرعد : « يا وغدا ! .. يا نذل ! .. كيف طاوعك قلبك أيها الحيوان على أن تحول بينهما !؟

لقد وقفت في طريقهما وهما من الاحياء ، أما الآن فلا سلطة لمثلك عليهما .. وهما أنت ترى أنهما قد ماتا في لحظة واحدة ليعلماك أن الحب أقوى من كل شيء .. حتى من الموت ! .. »

وأحسست فداحة الجرم الذي ارتكبته في حق هذين البريئين ، ووددت في تلك اللحظة لو استطعت أن أحرق نفسي بخورا لأرفعـه الى روحيهما .. عله يشفع لي عندهما أو يخفف من مرارة الكأس التي ملأته من أنانيتي ونذالتي وظللت أنقص بها حياتهما حتى أشفق عليهما الموت فاختطفهما من بين يدي ! ..

وصمت محدثي برهة ، وأخرج على أثرها منديله فمسح العرق الذي تصبب من جبينه واختلط بدموعه . وظللنا لحظة من صمت ثقيل ، قبل أن يعاود الحديث وهو يلهث :

— لعل القصة راقتك ؟

وقلت مداعبا :

— يخيل الى أنها لم تكتمل فصولا بعد ! ..

وهمس في مرارة وقد شردت نظراته :

وَأَحْسَنَ وَنَبَا خَلْخَالِهَا..

للاستاذ طلبه رزق

دعاهما جمال الغروب
ونسيم الاصيل العليل
فاستجابتا للدعاء وهمت
خفيفة مشرقة الوجه باسمه
الشجر ، وأخذت جرتها على
رأسها ووضعتهما على رأسها
وضعا مائلا فيه تألق وعجب
ثم اتخذت سبيلها نحو شاطئ
النهر .. وحين أقبلت على
المورد حيث صاحباتها اللاتي
دعاهن مثلها جمال الغروب
ونسيم الاصيل العليل ، ثم
أنزلت جرتها من فوق رأسها
ونحتها جانبا وخلعت
خمارها ووضعته فوق الجرة
وكشفت عن ساقها وخاضت
في مياه الشاطئ الضحلة
مع الخائضات تغسل قدميها
وتزيل ما علق بهما

وبخلخالها الجميل من أتربة
الطريق ، وتزيد فتتضح
وجهها وعنقها وجزءا من
صدرها بماء النهر وتحس
لذلك بلذات جميلة فما
تلبث أن تعيد ذلك وتكرره
كما تفعل صاحباتها ..
وارتفع صوت إحدى
صويجاتها بقولها: «ياحسن
خلخالك يادنيا .. الخخال
جماله ناطق على رجلك
يادنيا» وابتسمت دنيا لهذا
الثناء على خلخالها الجميل
وردت على محدثتها في صوت

حلو: « صحيح الخخال حلو
يا ياسمين » فقالت ياسمين
«حلو خالص زى الشهد ..
ربنا يجعله مبروك عليك ..»
فقالت دنيا : « تفضلى ...
تفضلى يا أختى .. » وردت
ياسمين بقولها : محروز
ومبروك عليك يادنيا تلبسيه
دايما فى العز والهنا .. مين
اشتراه لك ؟ قالت دنيا :
اشتراه لى أخويا الحسنين من
شبين مع جهاز الفرع ...
له مدة كبيرة .. فقالت
ياسمين : لكن الى يشوفه
ويشوف لمعته الحلوة يقول
دالسه جاي من الصاغة
الوقت ...

وصرفهما عن حديثهما
واسترعى انتباههن جميعا
قول صاحبة أخرى : أنظرن
الى جاموسة الشافعى أبو
عبد العال اسم الله عليها ،
شكلها جميل وجسمها كبير
ونظيفه ، وهادية أصغر بنت
تقدر تسوقها .. أهى بنته
صفية الصغيرة النبى
حارسها هى الى جاية
تسقيها ...

واستمرت أحاديثهن
وتشعبت .. حتى اذا انتهين
منها وملأن جرارهن حملنها
فوق رؤوسهن واتخذت
سبيلهن نحو القرية وتفرقن
كل الى دارها .. أما دنيا
ذات الخخال فان حديث
الجاموسة وحديث الخخال
لم يبرحا ذهنها ولم يزاخلا
فكرها .. لقد كانت تنظر
الى خلخالها ولمعته وجماله فى
نهاية ساقها ... ثم تفكر
فى جاموسة الشافعى أبو
عبد العال .. ترى أى اقتران
هذا الذى يقرن خلخالها
بجاموسة الشافعى وما الذى
يحملها على ذلك التفكير فى
هذين الأمرين ؟ عجباً لك
يادنيا .. عجباً لك أيتها

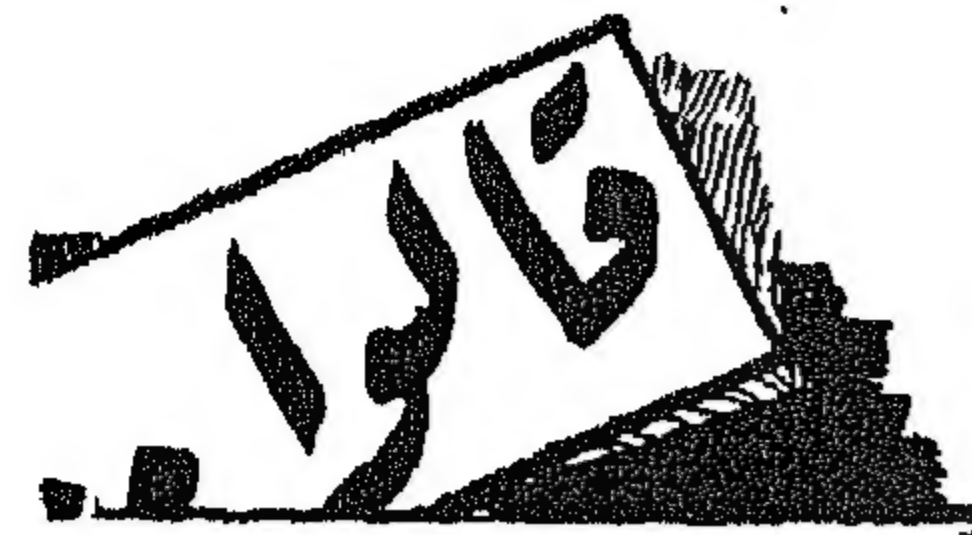
المفكرة الصغيرة .. ان فى
أعماقها فكرة .. فكرة ضئيلة
صغيرة تطوف برأسها
وذهنها ، ما تكاد تلوح
وتومض فى أعماقها حتى
تختفى وتستر وتتركها فى
حيرة وقلق عجيبين غريبيين
وان الايام والليالى تتابع
وتتوالى والفكرة فى رأسها :
تزداد وضوحا وبريقا
وتوهجا ..

وذات ليل وهى تتقلب
مسهدة على سطح الدار تحت
ضوء القمر وقد غاب عنها
زوجها فى موجة نوم عميقة
لذيذة ، استطاعت دنيا أن
تكون وجها لوجه أمام هذه
الفكرة التى نضجت واستوت
وشبعت تقريبا وتنقيا ، ولم
يبق غير تنفيذها وجعلها
حقيقة واقعة .. انها فكرة
سهلة نافعة وتنفيذها سهل
خلخالها هذا تبعية وتشترى
بثمنه عجلة جاموس صغيرة
وليدة تربي فى الدار وتكبر
وتصير جاموسة تنفع زوجها
الفقير الذى لا يملك جاموسة
ولا بقرة ولا حمارة ، وتغنيه
عن اقتراض بهائم جيرانه أو
تأجيرها ، وتلد ، وتحلب
اللبن ، ومن اللبن تستطيع
أن تصنع الزبد والجبن
وتبيعهما فى السوق .. حقا
حقا هذه فكرة طيبة وتنفيذها
سهل ، وغدا السوق ..
وأراحت يدها على صدره ،
صدر زوجها النائم المغرق فى
النوم الى جانبها ، فما أحس
بيدها ولا شعر بها ، ان
التعب والجهد اللذين يبذلهما
فى يومه يجعلانه ينام نوما
ثقيلاً عميقاً ، ونظرت اليه
بعينها وتأملت وجهه المتعب
تحت ضوء القمر ، وأطالت
نظرها الحانية الحاملة المشفقة
ثم أغمضت عينيها على صورة

أحدث واردات البضائع الشتوية سليم صبرناوى وشركاهم وسمان معروضات خصوصية يوم الاثنين ٣١ أكتوبر ١٩٤٩

- معطف للسيدات صوف نقى ببطانة حرير ٤٩٥
- فستان للسيدات جرسية صوف ماركة «ولزى» ٦٩٥
- فستان للسيدات صوف نقى ٣٩٥ و ٢٩٥
- فستان للانسات صوف نقى جميع المقاسات ١٢٥
- بنوار صوف نقى ٢٩٥
- بول اوفر كم طويل للسيدات صوف نقى ١٠٠
- كومبينزون للسيدات انجلوشين مطرزة باليد ٧٥
- بدلة اولاد جميع المقاسات ٢٥٠
- معطف للرجال صوف تويد انجليزى ببطانة حرير ٧٧٥
- جاكته أسبور للرجال صوف تويد انكليزى ٣٩٥
- بيجامات للرجال صوف نقى مقلد ٢٥٠
- بيجامات للرجال كستور مقلد ١٢٠
- بيجامات اولاد كستور مقلد ابتداء من ٦٥
- شرابات للرجال صوف نقى مقلدة صنع انكلترا ١٨
- شرابات للرجال قطن مقلدة فانتزى ١٠
- شرابات للسيدات قطن صنع انكلترا ١٥
- كستور قطيفة مطبوع «ابوتاج» عرض ٧٠ سنتى ٢٠

واردات متوالية من أجمل الأقمشة صوفية وأخرى
مبتكراتها لزوم الفساتين والمعاطف وبديل الرجال



في الفضيلة

- ان الفضيلة عنصر من عناصر الحب بحيث اذا انتفت عاد الحب بهيميا محضا .

(نقولا حددا)

- « ان فضائلك هي عاداتك فلا تنعت الآخرين بانهم ليسوا فضلاء لان لهم عادات تغاير عاداتك » .

(برنارد شو)

- « ان من تقاليد كل طبقة ان تبشر بالفضائل التي ترى لها ضرورة في حياتها قالغنى يدعو الى فضيلة الادخار والمتعطل يشيد بكرامة العمل والعمال » .

(أوسكار وايلد)

- « الحسناء دون فضيلة كالوردة بدون رائحة » .

(بوستان)

- « اربعة أشياء واجبة في المرأة : الفضيلة تقطن في قلبها والحشمة تلمع على جبينها واللفظ يتدفق من شفثيها والعمل دائما بين يديها » .

(حكيم)

- « يكون الرجال كما تريد النساء فاذا أردت أن تجعل الرجال من ذوي الهمة والفضيلة فعلم النساء الهمة والفضيلة » .

(روسو)

- « لا حياة لامة بلا حرية ولا حياة للحرية بلا فضيلة » .

(حكيم)

جمع الحسيني الخياط

وبعد أن كان العفيفي أبو مندور يكتفى بزرع اثني عشر قيراطا التي يؤجر نصفها ويمتلك نصفها الآخر، صار يزرع فدانين كاملين . . . وبدأت عليه النعمة وتفتحت عيناه للحياة، وصار يرى كل ما فيها بعين جديدة واعية ناقدة . وكان مما تفتحت عليه عيناه زوجته زوجته دنيا . . . انها ليست على ما يبغي ويود من الحسن والجمال انها بشعة ليس فيها جمال . . . انها ليست في مثل جمال جارتهم زينب الارملة التي مات عنها زوجها من شهرين وورثت عنه سبعة قراريط كاملة . . . ان دنيا امرأة دميعة لا تطيب معها الحياة ومادفعه على البقاء معها غير الفقر . . . وبدأت فكرة قوية وجريئة تساور نفسه وقلبه من ذلك اليوم الذي كان فيه في السوق يشتري اللحم وحاجات الدار وحملته قدماء لمكان تجار الماشية، ورأى هناك جاموسة تباع في مثل حجم جاموسته وعمرها وقوتها وقد بيعت بتسعين جنيها كاملة نقدها المشتري لصاحبها جنيها بعد جنيها . . .

من هذا اليوم والفكرة الجريئة القوية تعاوده في كل لحظة وتملا رأسه وفكره وذهنه . . . تسعون جنيها كاملة يمتلكها . . . تسعون جنيها ثمن بيع الجاموسة . . . التي يشارك فيها بالنصف انه يملك مالا يكفي لانفاذ فكرته اللذيذة الحيوية التي تملا رأسه وتأخذ عليه كل تفكيره . . .

وتغيرت معاملته لزوجته دنيا وعراها نفور وجحود وقسوة . . . وشاهدت صورة دنيا في عينيه وصارت بغضة مقينة . . . وظل البقية على الصفحة التالية

- أيوه . . . أبيعه واشتري عجله . . . العجلة تكبر وتبقى جاموسة تنفعنا أنت عارف غرقتنا يوم الحرث والسقي والدراس وتذللتنا للجيران وغير الجيران . . . والله شوره يادنيا . . .



لكن انت مالك ، وايه ذنبك تبغى خلخالك وتتحرمى منه ؟ . . .

- هو الخلخال نافعني بايه ؟ . . . والله الجاموسة تبقى بينى وبينك ننتفع منها بشوية لبن وحتة جبنة وزبدة وتنفعك في الغيط . . . والله كلامك خلو يادنيا ورأيك مضبوط في محله . . .

وتمضى الايام على خير ما تحب دنيا فيباع الخلخال ، وهو كل ما تملك من دنياها وتشتري بثمانه عجلة صغيرة وتربى العجلة في الدار ، وتكبر وتسمن ، وتصير جاموسة تنفع العفيفي في الحقيل فتحرث وتروى وتدرس . . . ثم تحبل وتلد وتحلب اللبن وتجوذ بالخير وتتقدم حياة الاسرة الصغيرة ويغمرها شيء من الهناء وشيء من اليسر . . . تماما كما تمننت دنيا يوم رأت جاموسة جارها الشافعي أبو عبد العال

وجهه ودفنت وجهها في صدره العريض وجرت الغطاء عليه وعليها واستسلمت معه لسلطان النوم اللذيذ . . . وأصبحت مشرقة خفيفة الخطر رشيقة الحركة ، تملا الدار أنسا وبهجة ، وبعد أن انهى صلاته وتناول لقمة الفطور ، بدرت به بقولها : اسمع يا عفيفي . . . في دماغى حكاية عايزه أقولها فنظر اليها بانتباه وقال

خير خير يادنيا . . . ياترى حكاية ايه . . . قولها . . . خلخالى . . . عايزه أبيعه النهارده واشتري بثمانه عجلة جاموس صغيرة . . . تبغى خلخالك ؟

سيدتي

قبل ان تقومي بشراء

لوازمك زوري محل

نسيم كوينكا

ه شاع قوار الاول

فريد شيكوريس

فاجدين كل ما يلزمك

بأقل الأسعار

٥٦٦٣٧٥٠٠

٤٦٤٢٨

وفي اصيل يوم كان نساء
القرية ينتشرن في ميساه
الشاطئ الضحلة يغتسلن
ويملأن جرارهن ويستقن
مواشيهم ويتناقلن اخبار
القرية وأحداثها وقالت
احداهن : انا سمعت خبر
يا اولاد مش قادرة اصدق
وقالت ثانية : خبر ايه .
قالت الاولى : العفيفى ابو
مندور اتجوز زينب ارملة
احمد ابو يوسف . . وقالت
ثالثة : يا خبر ابيض . .
الكلام صحيح ؟ قالت رابعة
آه صحيح جوزى حضر
امبارح الكتاب رهو اللي نده
المأذون . . قالت الثانية :
هيا دنيا وحشه يا اولاد ؟ . .
فقلت الثالثة : ابدا والله ما
هى وحشه . . لكن تستاهل
ايوه يا اولاد دنيا تستاهل ،
باعت خلخالها واشترت له
بشمه عجلة . . وقالت امرأة
أخرى : والعجلة كبرت وبقت
جاموسة والجاموسة ملت
البيت خير ، والخير فتح
عينين الرجل الطماع . . .
الخابين . . وقالت واحدة
منهن ساذجة : يا حرام بقى
العمدة يا اولاد ما يقدرش
يشوف الحكاية دى ويبطل
جواز الاثنين . وضحكت
النساء جميعا لان العمدة
هو الآخر زوج لامراتين
وردت عليها واحدة تعلمت
فى مدرسة القرية : ابدا
العمدة ما يقدرش يعمل
حاجة دا الجواز والطلاق
حق للراجل حسب الشرع
والقانون . فقلت الساذجة
وهى كالمغضبة : لا . . لازم
العمدة يشوف له حل فى
الحكايات دى . . حرام
يخلوا الطلاق والجواز سايب
كده . . كل الراجل ما يلاقى
فى ايده قرش يروح يتجوز
مرة ثانية ويجيب ضرة
لامراته اللى صبرت على
فقره وتعبه . .

وركن النساء المتحدثات
جميعهن الى صمت عميق
حين رآين دنيا مقبلة عليهن
يكسوها حزن صامت
ويملؤها صمت حزين . . .

باعت دنيا خلخالها

بقية المنشور ص ٦٩

العفيفى ابو مندور على حاله
تلك حتى وجد فى نفسه
قوة غريبة وشجاعة نادرة
وحزما وعزما صارمين
نافذين ووجد نفسه يستيقظ
ذات صباح ويتجه نحو
مربط الجاموسة العريضة
ويفك قيدها ويقتادها من
رسنها ويمضى بها نحو
السوق . . وما هى الا ساعة
واذا الجاموسة قد بيعت
وقبض العفيفى فيها ثمانيا
وتسعين جنيه مصرية كاملة
وأقبل الرجل على زوجته
وحيدا ، متجهما ، غليظ
الوجه والقلب ، جاف الملامح
والنفس . . وهالها ما رأته
من اقباله هذا . . وهالها
أكثر بحبته وحيد والجاموسة
ليست معه ، فسألته فى
لهفة :

— مالك يا عفيفى جرى
ايه ؟ . . وفين الجاموسة ؟
وأجابها فى صرامة :
— الجاموسة بعته . .

وأخذت دنيا ، وارتفعت
ودقت صدرها بيدها وقالت :
— يا خبر اسود يا عفيفى
صحيح الجاموسة اتباع
دا يبقى خراب كبير يا عفيفى
فرد الرجل فى قسوة رادعة :
— أيوه الجاموسة راحت
فى داهية واذا فتحت بقبك
بكلمة واحدة انت وراها
كمان . . اطلقك واستريح
منك . . أقدر أطلقك حالا فى
دقيقة واحدة واتجوز واحدة
بعمرى . .

وصعقت دنيا للنساء
الفاجيء والمصيبة المفجعة
وسقطت على الارض وخرجت
من فمها بلا وعى كلمة :

— تطلقنى . .
وقال هو :

— أيوه أطلقك . . هو
الطلاق حرام . . الطلاق
أمر خالله ربنا . . الطلاق
حق من حقوق الراجل . .



أحمر الشفاه روج بيزيه



ابتكارات

ايرىال

أصناف للفاتين

چرسافتلور

جرسية للفاتين

روديه باريس

الأقشة التى حازت
شهرة عالمية

الصالون الأخضر

الأوسكندرية

القاهرة



س ٢٥ ٤٤٤

شركة مصر للغزل والنسيج

مصانِعها بالمحلة الكبرى

تنسج

جميع أصناف المنسوجات
للستات والرجال
بها تشكيلة كبيرة من
الرسومات الحديثة
ذات الألوان الثابتة

خامات

دا بولانات

مطبوعات صرعى ورجالى



توجد في جميع المحلات التجارية



الخطوط الفرنسية